

147  
Kcal



▲海の魚は身から、川の魚は皮から火にあてるのが、焼き魚の基本！



▲大根おろしに薄口醤油を混ぜ合わせてからマスにかける

庄内  
浜文化  
伝道師

調理担当

庄内浜文化伝道師協会会長  
料理・宿 坂本屋

石塚 亮



庄内浜の旬を訪ねる宿「料理・宿 坂本屋」  
鶴岡市三瀬己91 tel.0235-73-2003

シンプルに春味を満喫!香ばしく身はふんわりやさしく…

# サクラマス・素焼きの染めおろし

材料/サクラマス切り身・大根おろし・薄口醤油・ニラ

- 1 サクラマスを焼く(片面焼きグリルの場合は身から火にあてる)※焼きすぎると、冷めたときに固くなるので注意
- 2 大根おろしと薄口醤油を混ぜ合わせ染めおろしを作る  
※大根おろしの汁はしぼらずに、自然に水分を切る
- 3 焼いた桜鱈の上に、たっぷりの染めおろしと、茹でて2~3cmに切ったニラをのせてできあがり

丘の物見て  
海を知る!  
ニラとの相性  
バッチリ  
\*

貴重なマスコ  
(サクラマスの卵)は  
醤油に  
2~3日つけて  
酒の肴に!

