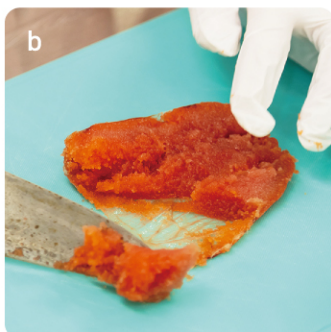


釧路市ふるさと納税
×
笠原 将弘 シェフ

特別コラボ レシピ4

「極み特選たらこ」と「とろろ昆布」を使った /

たらこ茄子炒め とろろ昆布を添えて



材料(2人分) 15分

茄子	3本	だし	180cc
長ねぎ	1/2本	しょうゆ	大さじ1
たらこ	60g	① みりん	大さじ1
とろろ昆布	適量	酒	大さじ2
サラダ油	大さじ2	おろし生姜	小さじ1/2
水溶き片くり粉			
	大さじ1.5		

作り方

- 1 茄子はへたを切って一口大の乱切りにする(a)。さっと水で洗う。長ねぎはみじん切りにする。
- 2 たらこはほぐす(b)。
- 3 フライパンに油を入れ中火で茄子を炒める。しんなりしたら長ねぎを加え、香りが立つまで炒める。
- 4 Aを加えて一煮立ちさせ、たらこを加えて混ぜ合わせる(c)。水溶き片くり粉でとろみをつける。
- 5 器に盛り、とろろ昆布を上にとッピングする(d)。

レシピで使用した釧路市の返礼品はこちら！

極み特選たらこ

継承された独自の技で、たらこ本来の旨味を最大限に引き出した、塩分控え目に漬け込んだ銘品たらこ。



とろろ昆布

昆布の味を生かすため最小限の味付けで削りました。濃いコクのある風味と強い粘り気が特長です。

