

広告

いしかりのニホ

さけ 鮭せんべい

「鮭せんべい」は、石狩手づくり食品の会さんが平成12年の「鮭アイディア料理コンテスト」に出品したもので、子どものおやつにもおススメ。びん（特にビールびんが最適！）でサケをバンバンたたいて薄く伸ばすのがコツで、ちよつとしたストレス発散になるかもしれません。



同じ作り方で、サケの皮を揚げれば「皮せんべい」になります。こちらは酒のさかなにぴったりですよ。

作り方

- ① サケを5mmくらいの薄切りにする（半冷凍状態で）
- ② 1枚ずつ片栗粉を付けた後、ラップで挟み、めん棒あるいはびんの底でたたいて薄く伸ばす
- ③ 油を熱し、②をカラッとできるよう揚げる
- ④ 塩・コシヨウを振り掛け、風味を付ける（お好みでなんばん、ガーリックもおいしい）

材 料

- 生サケ（切り身）…1〜2切れ
 - 片栗粉・揚げ油・塩・コシヨウ…適宜
- 【コンビニ協力／石狩手づくり食品の会】
石狩産の食材にこだわり、料理研究を続ける市民団体です。