

タチウオの天ぷら

材 料 (4人分)

- タチウオの切り身5切れ
- 青ジソ10枚
- 梅干4個
- 天ぷら粉、油各適量
- 楊枝適量

作 り 方

- ① 梅干は種を除いて細かくたたいておく。タチウオは3枚におろす。
- ② 適当な大きさに切ったタチウオに梅干をぬり、青ジソをのせる。
- ③ 手前から巻いて楊枝でとめる。
- ④ 天ぷらの衣をつけて油で揚げる。

プロが教える魚情報！

生の状態で購入した魚は、冷蔵庫で保存して、1日2日で食べきってしまうのが好ましい方法ですが、それ以上になる場合はラップで包んで冷凍保存したほうがいいでしょう。とは言っても一ヶ月以内には使い切るようにしましょう。

三津の朝市・水産市場のお得な情報を掲載しています。

「瀬戸の小魚 うまいもん.net」

<http://www.setonokozakana-umaimon.net>

作成：松山市

協力：愛媛調理製菓専門学校

松山市中央卸売市場水産市場運営協議会