

川口水産のうなぎ

配送担当



今回ご紹介するのは川口水産の「うなぎの蒲焼き」です!!
特徴はなんといっても①うなぎ特有の泥くまさがなり②小骨が
少な...とウツところ。

蒲焼きをそのまま食べるもよし、定番の「うなぎ丼」、ひつまぶしに
するもよしですが、今回私は2つの料理をご紹介したいと思...ます。



「うなぎと枝豆の炊き込みご飯」

うなぎの旨味がご飯によく染み込み
枝豆を入れているので彩りよく出ます。

＜材料＞

- ・うなぎ
- ・枝豆
- ・しょうが
- ・刻みねぎ
- ・酒
- ・おろししょうが
- ・和風顆粒だし
- ・塩
- ・しょうゆ

「そうめんのうなぎのせ」
夏といえばそうめん!!今年は一
味違ったそうめんはどうで
しょうか。



＜材料＞

- ・うなぎ
- ・卵
- ・ミツ菜
- ・和風顆粒だし
- ・おろししょうが
- ・白すりごま

生協の鰻簡単レシピ



鰻の解凍方法

基本的に冷蔵庫で自然解凍
やわらかくなればOK!!

☆鰻巻

今回の材料 鰻、卵、白だし
作り方 卵に白だしを入れる
卵焼き器に卵を流し入れ細く切った
鰻をのせる後は巻くだけ!!



☆鰻さく

今回の材料
鰻、きゅうり、ワカメ、酢2、砂糖1、醤油
鰻は短冊、きゅうりは輪切りにする
合わせた調味料と食材を和えるだけ!
夏の暑さにもさっぱりした一品です!

☆鰻丼

今回の材料
鰻、錦糸卵、きざみのり
作り方
ご飯の上にタレをかけて
その上に材料をのせるだけ!!
お好みで山椒をかけてもOK!!



配送担当