

3つの金ごまだしドレッシングア・ラ・カルト

～8分ずりの金ごますりごまとだしの入ったドレッシングの色々な使い方です！～



使用商品：金ごますりごま スティック4g×8p（8分ずり）

（姉妹品：金ごま すりごま40g 8分ずり）

<材料> 2人分

<作り方>

金すりごま出しドレッシング

A かつおだし汁	1/2カップ
金ごますりごま	大さじ3または3本
柚子絞り汁	大さじ2
醤油	大さじ1
ごま油	大さじ1/2
塩	小さじ1/2

①フロッコリーのサラダ

フロッコリー1/2房+ミニトマト6個

②海鮮蒸し

有頭海老2尾、ホタテ4個
わかめ20g、まいたけ1房
ラテイシ12本、長いも4cm

③揚げ大根と揚げ鶏肉の出し漬け

大根4cm 鶏もも肉1枚
塩こしょう少々、小麦粉大さじ1
揚げ用サラダ油カップ1
柚子の皮、青ネギ少々

1. Aの材料を全部ボールに入れ、混ぜ、ドレッシングを作る。
2. ①フロッコリーのサラダ
フロッコリーは小房にわけ、型で抜いた茎と共に色よくゆで、ミニトマトは湯むきする。1.で和える。
3. ②海鮮蒸し
蒸し容器に背ワタと殻を取った海老、その他の材料を入れ、1.をかけ、蒸す。
4. ③揚げ大根と揚げ鶏肉のだし漬け
大根は1.5cm角に切り、フライパンにいれ冷たいサラダ油をかけ、揚げる。鶏肉は1/4に切り、塩コショウ少々し、小麦粉をまぶし、残った油でかりっと揚げる。
5. 4.の材料をボールに入れ1.をかけ、柚子の皮のせん切りと小口切りの青ネギを散らす。

金ごま本舗株式会社

兵庫県宝塚市山本中3丁目19-26

TEL:0797-80-4150

<http://www.kingoma.co.jp/>