

◎ セビーチェ ◎

2023年9月のレシピ③
レシピ提供：ばん くみこ先生

■材料（2人分）

たこ	100g
ほたて(刺身用)	100g
サーモン(刺身用)	100g
たまねぎ(みじんぎり)	1/6個

【マリネ液】

にんにく(すりおろし)	小さじ1
塩	小さじ2/3~
レモン汁	1/2個分
オリーブオイル	大さじ1 1/2
白胡椒	少々
パクチー	適量
レモン(スライス)	1枚(追いレモン用)



<コメント>

新鮮な魚介を生のお刺身や海老・イカなど鮮魚コーナーでビビっときた美味しそうな食材を入れてください。具材を変えたり、唐辛子やトマトを入れることでアレンジが広がります。

- 1 たこ・ほたて・サーモンは食べやすい大きさに切る。たまねぎは大きめのみじん切りにする。
- 2 ボウルにマリネ液を入れ、混ぜあわせておく。
- 3 2のボウルに1を入れ軽く混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やしておく。
- 4 器に盛り付け、ざく切りしたパクチーをのせる。レモンを添え、食べる直前にレモンを絞る。

