

◎ 刺身のタルタルセルクル仕立て ◎

2025年12月のレシピ②

レシピ提供：シトロン ヨーコ先生

市販の刺身盛り合わせ“刺盛りパック”でおしゃれな前菜を作ります。

添えてあった大葉も立派なお役目です。

■材料（2人分）

刺身盛り合わせ	100 g
大葉	3 枚
粒マスタード	小さじ1/2
EX.V.オリーブオイル	小さじ1

白だし	大さじ1
水	大さじ3
ゼラチン	2 g

いくら	適量
-----	----

準備 皿を冷やす
ゼラチンを冷水につけてもどす



【ポイント】

刺盛りパック、を使えば彩もきれいで切る手間も最小限で簡単に仕上げることができます。今回は一緒にパックに入っている大葉を使いましたが花穂や菊の花が入っていればそれを使っても素敵です。今回もそうでしたが養殖の刺身は臭いが気になることが多くワインに合わせるのを難しく感じる場合があります。そんな時、粒マスタードや大葉を使用すると生臭みが消え、ワインとの相性が良くなります。

年末年始のおもてなしにご活用ください。



1 白だしと水を合わせて器に入れレンジに30秒かける。戻したゼラチンを加えて混ぜ冷蔵庫で冷やし固める。

2 バットに塩を振りその上に刺身を重ならないように並べ、上からも塩をふる。冷蔵庫で10分置く。

3 ②の刺身に出てきた水分をキッチンペーパーで吸い取る。刺身を7ミリ角に切る。大葉を7ミリ角に切りさっと水を通してざるに上げ水分をふき取っておく。

4 ボウルに粒マスタード・エキストラバージンオリーブオイル・大葉を入れて混ぜ、刺身を加えて混ぜる。

5 冷やしておいた皿に④を薄くのせる。セルクル型があれば使うときれいに仕上がる。

6 ①のジュレをフォークで崩してのせ、上にいくらをのせる。