

昆布の鯛茶漬

さっと食べて、美味しい。

お家で簡単鯛茶漬の出来上がり♪



菊利

材料 (1人分)

たべこぶ茶 ----- 6枚
鯛のお刺身 ----- 3枚
熱湯 ----- 適量
ご飯 ----- 1人分

■ 《薬味》

- ネギ
- 三つ葉
- あられ
- 刻みのり
- みょうが
- わさび



1

バットなどにラップを広げ、こぶ茶の半数を敷き、上に鯛のお刺身を並べたら、その上から残りのこぶ茶でサンドする。

2

ラップで包み、バッドなどを重しで乗せ、冷蔵庫で3時間～1日置く。

3

温かいご飯に、2とお好きな薬味を乗せ、熱湯をかけたら出来上がり♪