

# 鮎のさっぱり巻き 梅ソースを添えて



## 【材料】（5人分）

鮎 3匹、梅干し 6粒、梅肉ソース 20g、いんげん 20g、黄パプリカ 20g  
青じそ 5枚、トマト 半分、片栗粉 少々、粉ゼラチン 少々、塩、こしょう

## 【作り方】

- 1 水10g、粉ゼラチン少々を鍋にいれ熱がとれたら刻んだ梅干しと梅肉ソースを加え混ぜる、塩・こしょう少々→梅ソース
- 2 いんげんと黄パプリカを鮎の大きさに合わせて切る
- 3 鮎を2枚おろしにする
- 4 鮎を大葉にのせ、刻んだ梅干しをぬり、切った野菜をまく（巻いたものをようじで固定するとよい）
- 5 4に片栗粉をつけて油であげる

