

食べる楽しみぬか床で！

ぬか漬（焼魚・野菜・ゆで卵）



撮影・料理・スタイリング／kunie ochi
構成／naoki onishi

【材料】

焼魚（好みの魚）
切り身 2枚

野菜（好みの野菜）
きゅうり 1本
ニンジン 1/2本（縦割り）

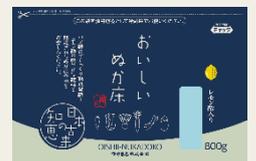
ゆで卵（3個）（お好みのかたさに茹でる）

【作り方】

●焼き魚・適量のぬか床を切り身全体に塗り付けてラップで包み、冷蔵庫で約8時間置く。切り身についたぬかを軽くぬぐい取り、フライパンで焼く。

●野菜のぬか漬・商品裏面の漬け方をお読みください。

●ゆで卵のぬか漬・沸騰したお湯に卵を入れ約9分茹でる。水に浸けて冷めたら殻を剥く。ポリ袋にゆで卵と少量のぬか床を入れ、ぬか床でゆで卵を覆うようにする。空気をしっかりと抜いて口を縛り、冷蔵庫で約8時間漬け込む。水でかるく洗って器に盛り付ける。



おいしいぬか床パック 800g



熟成ぬか床パック 1kg