

試してみたくなる未知の領域

まぐろのぬか漬のつけ丼



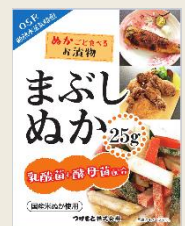
撮影・料理・スタイリング／kunie ochi
構成／nooki onishi

【材料】4人分

刺身用まぐろ	300g
まぶしぬか	1袋
ごはん	4杯
焼きのり	適量
大葉	適量

【作り方】

- ① まぐろを好みの大きさにカットし、ポリ袋に入れ、まぶしぬかも加える。水大さじ1/2と1（分量外）も加えて全体に軽くもみ、なじませたら冷蔵庫で2時間程度寝かせる。
- ② 器にごはんを盛り、手でちぎった焼きのりを載せ、その上に①を盛り付ける。千切りにした大葉を散らしたら出来上がり。



まぶしぬか 25g