

# ★しずまえ大賞 元気もりもり部門★

## 韓国風ピリ辛ヒラメのカルパッチョ

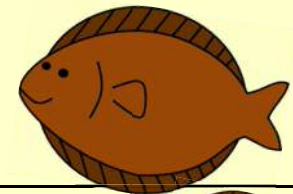
### 【材料（1品分）】

ヒラメ	1 冊
醤油	大さじ 1
コチュジャン	大さじ 2
みりん	大さじ 1/2
ごま	適量
ごま油	適量
白ネギ	適量
ブロッコリースプラウト	適量



### 【作り方】

- ① ヒラメをそぎ切りにする。
- ② 醤油・コチュジャン・みりん・ごま・ごま油を合わせ、“合わせダレ”にする。
- ③ 白ネギをしらが切りにし、ブロッコリースプラウトと混ぜる。
- ④ ヒラメと合わせダレを合わせ、③を盛り付けて完成。



【考案者】 風と松 （静岡市葵区人宿町1-2-9 1-A）