



# くじら<sup>わ</sup>し<sup>ひ</sup>ぴ

誰でもカンタンに作れる美味しい鯨料理をご紹介します

## vol.19 本皮と芹のおひたし



### 【材料】 3、4人分

鯨の本皮：30g

芹：1把

醤油：適量

だし汁：適量

割合は

醤油1：だし汁1が

おススメです

### 【作り方】

【作り方】

- 1：鯨の本皮はかたまりのまま  
サッと湯がいてから薄切りします。
- 2：醤油とだし汁を1対1で  
合わせておき、薄切りした本皮が  
ひたひたになるくらい加えます。
- 3：たっぷりの湯をわかし、氷水を用意してから  
セリを10秒ほど湯がきます。  
湯がいたらすぐに氷水にさらして  
しばらくアクを抜きます。
- 4：セリの水気を切り食べやすい長さに  
切ります。
- 5：つけ汁でひたした本皮にセリを  
加えて混ぜ合わせ、  
味見をしながらだし汁と醤油を  
足して出来上がり～♪

くじら店長からの  
ワンポイントアドバイス

小松菜やほうれん草でも  
美味しいくじら～♪

