

サーモンとアボカドのタルタル

2人分

サーモン 100g

アボカド 小1個

オリーブ油 少々

レモン 小さじ1

A

塩 小さじ¼ (サーモンの1%)

砂糖 少々

こしょう 少々

B

ワインヴィネガー 小さじ1

オリーブ油 小さじ2

塩 小さじ¼

玉ねぎみじん切り 大さじ1

ケッパーみじん切り 小さじ1

ピクルスみじん切り 大さじ1

パセリ・セルフィーユ・ディル・万能

ネギみじん切り 合わせて大さじ½

ベビーリーフ 適量

1. Aを混ぜ合わせたものをサーモン全体にまぶし、ラップをかけて20分~1晩、冷蔵庫で置く
2. アボカドは種と皮を取り除き角切りにする 耐熱容器に入れ、ラップをかけずに600wの電子レンジに20秒ほどかける
3. 1のサーモンにオリーブ油を加えて混ぜる Bを加え軽く混ぜ、サーモンアボカドの順にセルクルに詰め、ベビーリーフを飾る