

VOICE #67

伝えたい声は、
生産者の想い

【ヴォイス】 / #67 / JULY 2015 / www.oisix.com

西川仁さん【山梨県】 生もずく酢

取材地 / 沖縄県南城市知念

妥協を許さない
もずく オタク!!
西川仁



RECIPES【生もずく酢】



もずくと焼きなすのエスニックごま冷奴

材料：[2人分]

もずく…1袋(お好みで調整)
絹ごし豆腐…2パック
なす…1本
パクチー…適量
〈エスニックごまだれ〉
白練り胡麻…30g
ナンプラー…大さじ1と1/2
砂糖…大さじ1
レモン汁(なければ酢)…大さじ1
しょうが(すりおろし)…小さじ1/2
にんにく(すりおろし)…少々
塩…ひとつまみ

作り方：

- ①なすはグリルで皮が焦げるまで焼いてから皮をむいておく。タレの材料をすべて混ぜ合わせておく。
- ②器に豆腐を乗せ、なす、もずくの順に乗せてからタレをかける。
- ③パクチーを飾る。

もずく酢付属の調味液が余ったら、鷹の爪を加えて、揚げ野菜やお魚などを浸してエスカベッシュ(南蛮漬け)や、塩もみしたきゅうりとわかめなどと和えると簡単に酢の物ができます。少し甘みとごま油を加えて、片栗粉をまぶして揚げた肉や野菜に炒めからめると酢豚にも。

使用したOisixの食材
【きぬ】とろーり絹豆腐 4P 80g×4パック 150円(税抜)

タレに一味唐辛子を加えてピリ辛に仕上げてもおいしいです。

レシピ：前田智美

VOICE / #67【生もずく酢】



もずくと夏野菜のとろとろそうめん

材料：[2人分]

もずく…1袋(お好みで調整)
豚薄切り肉…100g
きゅうり…1本
ミニトマト…5個
オクラ…2本
バジル…1枝
そうめん…200g

下準備

- ◇オクラはさっと茹でて冷水にとっておく。
- ◇みりんは煮切ってアルコール分をとばしておく。
- ◇ドレッシングの材料をすべてあわせておく。

作り方：

- ①きゅうりとミニトマトは小さく刻み、オクラは輪切り、バジルは千切りにする。
- ②そうめんをゆでて冷水で洗ってしめる。そうめんをゆでた湯で豚肉をさっとゆでて水水にとって冷やして水気を切る。
- ③刻んだ野菜類ともずくとドレッシングを合わせてよく混ぜる。
- ④器にそうめんを盛り、豚肉、③の順に盛りつける。

使用したOisixの食材
早ゆで!生そうめん 220g 220g 198円(税抜)

野菜はすべて揃わなくてOKです。お好みの野菜を使って作りましょう。お子さまにはコーンもおすすめ。ドレッシングの代わりに付属の調味液を使っても。

レシピ：前田智美

VOICE / #67【生もずく酢】

NEXT ISSUE【次号予告】 Voice#68は7月29日頃発行予定です。内容や発行時期については、予告なく変更になる場合がございます。※写真はイメージです。



おさしみかぶ やませちゃん【青森県】

ち密な肉質で、しっとりした食感が特長のかぶ。ジューシーなのでお刺身のように味わっていただきたいかぶです。



バックナンバーはこちら www.oisix.com/voice

Voiceへのご意見・ご感想はこちら voice@oisix.co.jp

