

何付



材料

ハモ 梅肉
小イカ (大村湾産)
新ワカメ ()
筍 サニショウ

- ハモは長崎産で 自分でハモ切りにして 湯をくぐらせ 梅肉を添えました。
- JAの直売所へ行くと 当地では 半農半漁をされている方が多く、活きた魚、イカなどの半には入ります。小イカ、ワカメはさっと沸かして 木の芽タタキ作り 添えます。3月初めは木の芽もまだ2/3の中頃より お料理に使える様にしておいた。