

# 料理人の技

「やま祢」3代目の山根淳司さんが伝授して下さったのは「鰹のタタキサラダ」です。春の初ガツオと秋の戻りガツオの季節には「西麻布 露地裏 やま祢」にも登場する人気メニュー。家庭で手に入る食材で簡単に作れる上、見た目が豪華でおいしいのが特徴です。コツは鰹の皮目をしっかり焦げ目がつくまで焼くことと、ドレッシングは食べる直前にかけることです。



●材料

鰹	: 1/8本
玉ねぎ	: 1/4個
水菜	: 1/4束
ラディッシュ	: 1個
青ねぎ(小口切り)	: 適量
大葉	: 6枚

## ドレッシング

玉ねぎのすりおろし : 大さじ 1 1/4  
にんじんのすりおろし : 50g  
サラダ油・酢 : 各90cc  
塩・こしょう・濃口醤油 : 各適量



ドレッシングを作る。ポウルにサラダ油、酢、塩、こしょうを入れて一度泡立て器でさっと混ぜ合わせ、玉ねぎとにんじんのすりおろしを加え、全体をさらに泡立てる。

## ●ポイント

にんじんの色が鮮やかなドレッシングです。牛肉のたたきなどにもよく合います。



鰹は全体に塩適量(分量外)をまぶす。焼き網に乗せて、ガスバーナーで全体を焼く。皮目はこんがりと焼き色がつくまでしっかりと焼き、身は表面が白くなるまでさっと焼く。

## ●ポイント

ガスバーナーで焼く時は、焼き網を流しの上に置いて行なえば、流れ出す脂の始末に困りません。ガスバーナーがないときは、ガスコンロで焼きましょう。



ラディッシュを薄切りにする。切り終わったら用意しておいた氷水に入れてシャキッとさせる。水菜と玉ねぎをタオルなどに包み水分を除く。ポウルに水菜と玉ねぎを入れて、全体を混ぜ合わせる。

## ●ポイント

ラディッシュのように小さな野菜は、写真のように包丁を横から入れて切ると、きれいな薄切りになります。



鰹を焼き、すぐに用意しておいた氷水にしばらく浸ける。あら熱がとれたら引き上げ、冷蔵庫に入れておく。

## ●ポイント

すぐに氷水に入れると、鰹の中まで火が通るのを防げます。



鰹を冷蔵庫から取り出し、キッチンペーパーなどで全体の水けを除く。包丁で幅5mmのところに軽く切り込みを入れてから、1cm幅に切る。

## ●ポイント

この切り方が2枚おろしです。間に切り込みを入れると、ドレッシングがそこに染み込み、おいしくいただけます。



野菜を切る。水菜は3~4cm長さに切り、玉ねぎは薄切りにする。それぞれ氷水に浸けて、シャキッとさせる。

## ●ポイント

野菜を氷水に浸けると、シャキシャキした歯ごたえに。玉ねぎは独特の辛みを除く効果もあります。



材料を盛り合わせる。器に大葉を敷き、水菜と玉ねぎを盛り、鰹を円を描くようにのせる。キッチンペーパーで水けを除いたラディッシュを散らし、その上に青ねぎの小口切りをふる。ドレッシングは別添えにし、食べる直前にかける。

## ●ポイント

ドレッシングをかけて時間を置くと、鰹が変色します。食べる直前に適量をかけていただきます。