

「スティッキオと 魚介のマリネ」

- 1.お好みのシーフードを小さめの一口大に切る
- 2.スティッキオを2mm幅で斜めに切る
- 3.酢・塩・砂糖・黒コショウをそれぞれ適量混ぜ合わせる
- 4.全ての具材と3を合わせ、袋や容器に入れて1時間以上漬ける
- 5.盛り付けに葉を添えるとおしゃれ！



「スティッキオと 魚介のマリネ」

- 1.お好みのシーフードを小さめの一口大に切る
- 2.スティッキオを2mm幅で斜めに切る
- 3.酢・塩・砂糖・黒コショウをそれぞれ適量混ぜ合わせる
- 4.全ての具材と3を合わせ、袋や容器に入れて1時間以上漬ける
- 5.盛り付けに葉を添えるとおしゃれ！

