

ふるさと旬の味



その182



野崎 才子さん
(太田名部・49歳)

氷頭なます

◎材料(四人分)
▼新巻の水頭…一匹分 ▼大根…中一本 ▼ニンジン…中一本
▼イクラ…少々 ▼だし昆布…十枚二枚

《A材料・三杯酢》
▼酢…大サジ三杯 ▼砂糖…



サケフライ

《B材料・変わりソース》
▼ラッキョウ…大三個 ▼紅し

◎材料(四人分)
▼生サケ…四切れ ▼塩、コシヨウ…少々 ▼小麦粉、溶き卵、パン粉、牛乳、揚げ油…適宜
▼レモン…二分の一個 ▼パセリ…少々

サケフライ

◎作り方
①水頭は薄いイチヨウ切りにする。
②薄い塩水を作り①を三から四時間漬けて、塩出しをする。
③②をザルあげし、水分を軽くとってから酢に一晩浸しておく。
④大根、ニンジンは薄いイチヨウ切りにする。
⑤塩水を作り、だし昆布を入れ、④を入れて一晩寝かせる。
⑥⑤を水切りして③を入れ三

大サジ三杯 ▼塩…大サジ三杯

作り方

◎作り方
①サケの切り身に塩、コシヨウ、牛乳を軽く振り、十五分ぐらいおく。
②小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつける。
③揚げ油を百七十五度に熱して②を揚げる。
④B材料をそれぞれみじん切りにする。
⑤マヨネーズとレモン汁を混ぜ合わせ、④を入れてさらに混ぜ合わせておく。
⑥器に、③を盛り付け(レモンの輪切りは好みで)パセリを添えて、最後に⑤を掛ける。

◎材料(四人分)
▼生サケ…四切れ ▼塩、コシヨウ…少々 ▼小麦粉、溶き卵、パン粉、牛乳、揚げ油…適宜
▼レモン…二分の一個 ▼パセリ…少々

作り方



氷頭なます

◎作り方
⑦器に盛り、イクラを彩りよく散らして出来上がり。
※大根、ニンジンは塩もみしないで寝かせる(歯ごたえをよくするため)。

杯酢で合える。

『デザインの基礎』

1年B組 中村 麻衣子さん

特に色をはみ出さずぬるのをがんばったと思います。平面構成は、立体的に見えるデザインに挑戦したので、はじめはどう書いたらいいかわからず苦労しましたが、出来上がりはよかったと思います。



1 進 森子 勇介



『デザインの基礎』

1年B組 森子 勇介くん

レタリングの文字や12色相環などむずかしくて苦労したところがたくさんありました。平面構成は細かくて、色を塗りわけるのが大変でした。でもはつきり目立つ配色になってよかったです。



『デザインの基礎』

1年A組 羽場 この美さん

12色相環の色づくりやグラデーションは、うまくできたと思います。平面構成はデザインを考えて決めるまで試行錯誤でしたが、工夫したかがありました。



ぼくとわたしの
作品展の
作品展の

1 A 羽場 この美



中村 麻衣子
デザインの基礎

1 B 中村 麻衣子

