『食の都庄内』キッズ新聞

食の都庄内

庄内の魚、三料理教室

「食の都庄内」サマースクールで、酒田市調理師専門学校で、料理教室に、参加した。阿部シェフ（西洋割烹花月）から、「ハタハタのムニエル」の作り方を、教わった。

料理教室に初めて行った。生の魚をさわるのは、初めてで、少し慣れなくて、ぬるぬるした感しょくだった。

阿部シェフは、郷土料理を、フランス料理にアレンジして、作っていると、言っていた。ハタハタは、苦手だったけれど、料理の仕方によって、おいしく食べられるということが、わかった。家でも、作ってみたいと思った。

ハタハタのムニエルの作り方

①しかは熱。にする。
②よけこを塩粉油焼ー
③ぬる。
④ぐらかと
⑤ふっを
⑥ぶるをを
⑦ぶるバる。
⑧ぶけでけ
⑨ッかメかケい中し、
⑩ぶ

材料

ハタハタ　ガーネッド　ビアル　ハワイアン　ハム　ハタ　ビ　ン　ム　ハ　ハ　ー　ー　ー