

今が旬
北海道の秋鮭



北海道の秋鮭
おうち居酒屋



家族で
秋鮭



旬の秋鮭が手軽においしく大変身!おうちで居酒屋へ、ようこそ! ———— 居酒屋風MENU

豪華に!カンタン映えレシピ!

秋鮭の押し寿司



材料 (4人分)

- 秋鮭……………2切れ
- いくら……………大さじ8
- 米……………2合
- すし酢……………大さじ3~4
- 卵……………1個
- 大葉……………適量
- スプラウト……………適量
- 塩・砂糖・サラダ油……………各適量

作り方

- ①米は固めに炊いて、すし酢を混ぜ合わせて酢飯を作る。
- ②秋鮭は塩をふり、グリルで焼いて身をほぐす。卵に塩・砂糖を混ぜフライパンに油を熱して炒り卵を作り、大葉は半分に切る。
- ③型に半分量の酢飯、炒り卵、大葉、残りの酢飯、秋鮭の順にのせ、上から押しつけ型から抜いてカットし、いくらとスプラウトを飾る。

レシピ動画



旬のきのこ秋鮭のコラボ!

秋鮭ときのこのホイル焼き



材料 (4人分)

- 秋鮭……………4切れ
- 塩・こしょう……………各適量
- もやし……………100g
- えのき・ぶなしめじ……………各1袋
- 酒……………小さじ4
- バター……………20g
- ポン酢……………適量

作り方

- ①秋鮭は塩・こしょうで下味をつけ、えのきとぶなしめじは石づきをとってほぐす。
- ②アルミホイルの上にもやし、秋鮭、えのきとぶなしめじのをせ、酒をふりかけてバターをのせてアルミホイルでしっかりと包む。
- ③フライパンに少量の水と②を入れ、ふたをして中火で蒸し焼きにし、ポン酢をかけていただく。

レシピ動画



とろ〜り濃厚!本格パスタ!

秋鮭の紙包みクリームパスタ



材料 (2人分)

- 秋鮭……………2切れ
- 玉ねぎ……………1/4個
- ニンニク……………1/2かけ
- オリーブオイル……………小さじ2
- パスタ(平麺)……………160g
- 生クリーム……………300cc
- 塩・こしょう……………適量
- いくら……………大さじ2
- パセリ……………適量

作り方

- ①秋鮭は軽く塩・こしょうをしておく。玉ねぎは薄切り、ニンニクはみじん切りにする。パスタを茹で始める(表示の2分前上げる)。
- ②フライパンにオリーブオイル(小さじ1)を入れて火にかけ、秋鮭を両面焼いて取り出し、4等分する。
- ③②のフライパンにニンニクと残りのオリーブオイルを足し、香りがたったら生クリームを加える。ふつふつしたら茹で上がったパスタを加えて塩・こしょうで味をととのえる。
- ④クッキングシート(30cm×50cmを2枚)に③と②をのせて包み、200℃のオーブンで3分ほど焼く。お皿に乗せて包みを開け、いくらとパセリをかける。

レシピ動画



みんな大好きコクうましレシピ!

秋鮭のコーンシチュー



材料 (4人分)

- 秋鮭……………4切れ
- ブロッコリー……………1/2株
- コーンクリーム……………350g
- 牛乳……………350cc
- コンソメ……………1個
- 塩・こしょう・薄力粉……………各適量
- バター……………10g

作り方

- ①秋鮭は一口大に切って塩・こしょうをし、薄力粉をまぶして、フライパンにバターを熱し、中火で両面焼く。
- ②ブロッコリーは小房に分けて、塩を加えたお湯でゆでる。
- ③鍋にコーンクリーム、牛乳、コンソメを加えて加熱し、①と②を加えて軽く煮込み、塩・こしょうで味をととのえる。

レシピ動画



ぎょれん kewpie スペシャルタイアップレシピ

家族みんなでおいしくわいわい!



フライパンで!秋鮭のみそマヨちゃんちゃん焼き

材料 (4人分)

- 秋鮭……………4切れ
- キャベツ……………1/3個
- 玉ねぎ……………1個
- ぶなしめじ……………1パック
- にんじん……………1/3本
- 塩・こしょう……………少々
- バター……………大さじ2
- 「味噌……………大さじ3 みりん……………大さじ1 A 砂糖……………大さじ1 酒……………大さじ1 キューピーマヨネーズ……………大さじ6

作り方

- ①秋鮭は両面に塩・こしょうをし、水滴がうき出てきたら、よくふきとる。
- ②キャベツはざく切り、玉ねぎは5mm幅の薄切り、にんじんは皮をむき、短冊切りにする。ぶなしめじは石づきを取り、小房に分ける。
- ③フライパンにバターを入れて熱し、秋鮭の両面に焼き色をつける。
- ④③のまわりに②を入れ、混ぜ合わせたAの2/3量をまわしかけ、ふたをして蒸し焼きにする。火が通ったら、残りのAをまわしかける。

レシピ動画



おかずは もちろん おつまみにも!



すりおろしオニオンドレッシングで! 秋鮭ときのこのソテー

材料 (2人分)

- 秋鮭……………2切れ
- ぶなしめじ……………1/2パック
- エリンギ……………1本
- 塩……………少々
- こしょう……………少々
- 小麦粉……………適量
- サラダ油……………適量
- キューピー すりおろしオニオンドレッシング……………大さじ2

作り方

- ①秋鮭は4等分に切り、塩、こしょう、小麦粉をまぶしておく。
- ②ぶなしめじは石づきを取り、小房に分ける。エリンギは長さ半分に切り、薄切りにする。
- ③フライパンに油をひいて熱し、①と②を炒める。火が通ったら、ドレッシングを加えてさっと炒める。

レシピ動画



ご自宅で簡単おいしい いくら醤油漬

動画もCheck!



生筋子を用意しよう!



- ◎生筋子200g (いくら丼3~4杯分)
- 醤油……………大さじ2
- 酒……………大さじ1
- 本みりん……………小さじ1

その1 ほぐす



ぬるま湯(約40℃)でほぐして水を切ります。

その2 漬ける



調味料(醤油・酒・本みりん)と合わせて漬け込みます。

その3 寝かす



冷蔵庫で味をなじませて完成!

北海道の秋鮭料理を撮ってプレゼントをGet! / フォトコンキャンペーン開催中!

秋鮭やいくら料理を作ってインスタ映える写真を、ハッシュタグ「#秋鮭おうちで居酒屋」で投稿! 30名様に北海道の海の幸をプレゼントします。◎詳しくはHPで!

