



【 鮭 デイルと共に 】

【材料】 4人分

・ 鮭 (sous vide) :

骨と皮を取り除いた鮭の切り身	400g	菜種油 または ひまわり油	40ml
レモンのゼスト	1個分	塩	

・ きゅうり :

きゅうり	2本	デイル	小さな1束	レモンのゼストと果汁	1個分
菜種油	小さじ2	塩、砂糖			

【調理時間】 18分

【調理】

・ 鮭 (sous vide) :

鮭を4等分に切り、他の材料と一緒に真空パックに入れます。

フュージョンシェフの設定温度 56°Cで18分間調理し、軽く塩を振り、皿に盛り付けます。

・ きゅうり :

薄きゅうりの皮を剥き、縦半分になり、三日月型にカットします。塩、砂糖、レモンのゼストを真空パックに入れ、冷蔵庫内で2時間漬けます。デイルを細かく切り、レモン果汁とオイルでヴェネグレットソースを作ります。きゅうりを漬けて、スパイスを効かせます。

レモン果汁を混ぜたヨーグルトを添えてお出しするのが、お勧めです。