

3. 館山 ドラゴンドッグ

館山
じのもん料理
コンテスト



～農水産物部門～



- ・キッチンカーでも作りやすいレシピ、オペレーション
- ・材料のパン、魚、野菜は館山のどのお店の物を使っても可能なレシピ
- ・アイデア次第で色んなバリエーションが可能

※アレンジレシピ案

- 館山レッドドラゴンドッグ 地のトマトを使ったソース
- 館山グリーンドラゴンドッグ 菜の花をたっぷり挟む
- 館山イエロードラゴンドッグ 子供向け甘口フルーツカレーソース
- 館山ブラックドラゴンドッグ イカ墨と揚げニンニクを使ったパンチの効いたソース

材 料

コッペパン 2つ (館山のパン屋さん)
 太刀魚 160g (館山産 寅丸市場など)
 野菜
 ・カラフル人参・レタス・ピクルス (きゅうり)
 ・玉ねぎ・パセリ・生ザーサイ
 (館山産 館山の農園さん、ザーサイ農園さんなど)
 小麦粉 (強力粉 薄力粉) 適量
 ベーキングパウダー 少々
 炭酸水
 マヨネーズ 適量
 ケチャップ 適量
 塩
 コショウ



作 り 方

- ・野菜を準備する
レタスをちぎって水で洗い、水気を切る。
人参を細切り、他、季節の野菜もあれば見栄え良く切る。
- ・タルタルソースを作る
玉ねぎ、ピクルス、パセリ、ザーサイをみじん切り
(2～3ミリサイズが良い) ボールに入れ、マヨネーズで
和えて、塩コショウで味を整える。
- ・フリットの衣を作る
ボールに薄力粉、強力粉、ベーキングパウダーをふるいに
かけて、合わせる。炭酸水を入れて、混ぜる。
- ・太刀魚のフリットを作る
太刀魚を切り身にし、塩コショウで下味を付ける。
薄力粉を薄く付ける。
フリットの衣を付けて、180度の油でさっと揚げる。
- ・コッペパンに切り込みを入れ、トーストする。
- ・コッペパンに盛り付け
レタス、野菜、太刀魚のフリットを挟む。
タルタルソースをたっぷりかける。
お好みでケチャップをかける。 完成です。