



# 媛スマのオクラトマト

野菜の食感のなかで溶けるように消えていく媛スマの圧倒的な存在感は様々な素材をさらに引き立てます

## 【材料】(2人分)

- 媛スマ(刺身用).....1さく(100g程度)
- オクラ.....6本(塩をふって板ずりし、薄い小口切り)
- トマト(小).....1個(1cm角に切る)
- 玉ねぎ.....1/4個(みじん切りにして塩少々をふり、水で洗って絞る)
- バジル.....3~4枚(千切り)
- にんにく.....1/2かけ(みじん切り)
- オリーブ油.....大さじ2
- 塩・こしょう.....適宜
- バケット.....1本(軽くトーストする)

## 【作り方】

- ①ボウルにオリーブ油、塩小さじ1/3、こしょう、トマト、玉ねぎ、バジル、にんにくを和えて冷蔵庫で冷やす。
- ②媛スマは包丁でたたき、塩、こしょうで下味をつける。
- ③ ①に②とオクラを和えて器に盛り付け、トーストしたバケットを添える。のせて食べるとおいしい。