



※写真はイメージです。

焼酎との相性がバツグンです さんまのおろし煮

材 料 (2人分)

さんま	2尾
大根(すりおろす)	5cm
大葉	4枚
土しょうが(すりおろす)	1片
A	だし汁 1カップ
	酒 大さじ1
	しょうゆ 大さじ2
	みりん 大さじ1
塩	小さじ1/4
片栗粉	適量
揚げ油	適量

作り方

- 1.さんまは頭と尻尾を切り落として内臓を取り、塩をふって10分置く。出てきた水分をキッチンペーパーで拭き取り、4等分に切る。
- 2.大葉は千切りにする。
- 3.揚げ油を170℃に熱し、1のさんまに片栗粉をまぶして、カリッとするまで揚げる。
- 4.鍋にAの材料を入れて煮立たせ、大根おろし、油を切った3のさんまを入れて、ひと煮立ちさせる。
- 5.器に4を盛り、2の大葉と土しょうがのすりおろしを添えて出来上がり。