



※写真はイメージです。

甘じょっぱいたれでお箸が進みます。

## さんまの甘露煮

### 材 料 (4人分)

さんま …………… 3尾

ミツカン カンタン酢™  
(調味酢) …………… 1カップ

水 …………… 1カップ

青ねぎ …………… お好みで

### 作り方

- 1.さんまは頭を落として内臓を取り出し、きれいに洗って筒状に4等分する。
- 2.ステンレスまたは樹脂加工した鍋に調味酢、水を入れて火にかけ、さんまを重ならないように並べる。
- 3.沸騰したら弱めの中火にして蓋をし、約30分煮込む。
- 4.蓋をずらしてさらに弱火で20分程煮込み、煮汁が少なくなるまで煮詰める。
- 5.器にさんまを盛り、残った煮汁をかけ、お好みで青ねぎを添える。