



※写真はイメージです。

ぶりの照り焼きをお手軽に！

焼肉のタレを使ったぶりの照り焼き

材 料 (2人分)

ぶり 2切

A { 焼肉のたれ 大さじ4
砂糖 大さじ1
水 大さじ1

小松菜 1/4束

白ねぎ 1/4本

サラダ油 適量

作り方

1. 小松菜、白ねぎは食べやすい長さに切る。
2. フライパンにサラダ油を熱し、ぶりを入れて両面こんがり焼く。Aを加えて沸騰したら1を加える。
3. 2の小松菜と白ねぎに火が通ったら先に取り出し、強火にしてフライパンをゆすりながら汁気がなくなるまで煮詰める。
4. 3を器に盛り付ける。