

手軽にできるのが嬉しい味噌漬けをご紹介します。

● 鯖（さわら）の吟醸味噌漬け

《材料》 2人分
さわら 2切（生のもの）
みそ 大さじ3
みりん 大さじ1
日本酒 小さじ1
醤油 小さじ1/2



- ① サワラは、軽く塩を振っておく。
- ② 上記4種類の調味料をすべて合わせたあわせ味噌を作る。
- ③ サワラに②を塗って冷蔵庫で丸1～2日間漬け込む。
- ④ 冷蔵庫から取り出したサワラをキッチンペーパーで軽く拭く。
(味噌が付いていると焦げやすいので注意)
- ⑤ 弱火でじっくりと焼く。



酒蔵の賄い料理

〜 焼き魚編 〜