

# カジキの粕漬け・味噌漬け の美味しい食べ方

※下の画像は、実際に調理してみたものです。



1. 解凍した粕漬け、または、味噌漬けを油をひかずにフライパンへ入れる。大さじ2の水を入れると仕上がりがジューシーになる。



2. 中火で両面をそれぞれ3分蒸らし焼きにする。強火にすると焦げるので注意が必要。



3. 全体的に火が通ったら、盛り付けて完成！！！！

そのまま食べても十分美味しいですがご飯と一緒に食べるのはもちろんの事、大葉などと一緒に食べるのもオススメです♪