



お祝い膳 Recipi



金目鯛の西京焼



材 料

[材料 2人分]

金目鯛 60g×2切

●味噌床

西京味噌 80g(大さじ 4杯と 1/2程度)

酒 小さじ 1

みりん 小さじ 1

砂糖 小さじ 1弱

作 り 方

1. 下味を合わせ、魚を一晩つけ込む。
2. 味噌を水で洗い流し、水分を拭き取る。
3. 焼く。魚焼きグリルの場合：弱火で 8-9 分。フライパンの場合：魚焼き用ホイルまたはクッキングシートに乗せ中火から弱火で片面 4-5 分ずつ焼く。
4. お皿に盛り付けて完成。

point

- ・魚が焦げやすいので、火加減に注意してください。
- ・焼き上がりに、みりんと酒を 1:1 で合わせて煮きったものを、皮にぬって再度焼くと、照りがでて綺麗に仕上がります。
- ・魚は鮭や鯖を使ってもおいしく作ることができます。