

ブリの煮付



料理特徴

味がしっかりついてコクがあり、物足りなさを感じさせない煮魚です。

材料

材料名	使用量	材料名	使用量
ブリ	2切		
生姜	スライス3枚		
<調味液>			
おいしい塩加減	大さじ3		
みりん	大さじ3		
酒	大さじ3		
だし汁	2/3カップ		
砂糖	大さじ1		
<付け合わせ>			
いんげん(茹で)	1本分		

作り方

- ①ブリは沸かした湯にくぐらせて霜降りする。
- ②鍋に<調味液>と生姜を入れ火にかける。煮立ったら①を入れる。
- ③煮立ったら①を入れて中火で12分煮る。
- ④器に盛り付け、3等分に切ったいんげん添えて出来上がり。