

ヤズの焼き漬け

～ヤズ料理～

(約4人分)



■材料

ヤズ 1 / 2尾 3枚に下ろす。
塩 少々

A { 酒
みりん
醤油 } 同量 (約30ccぐらいずつ)

■作り方

- ① ヤズを1cm～2cm位に切り、全体に軽く塩を振る
- ② 調味料Aは合わせて火を入れておく
- ③ ヤズを網焼きし (美味しそうな) 色を付ける
- ④ 焼きあがったものから調味料に漬ける (1晩漬けると美味)