

# サワラの西京漬け

～サワラ料理～

(約8人分)



## ■材料

鱈（切り身）	8枚
長門の味噌	200g
味醂	200cc
日本酒	50cc

## ■作り方

- ① 鱈は塩を振り出てきた水気をしっかりふきとる
- ② みそ・味醂・日本酒を良く混ぜ味噌どこをつくる
- ③ ①の鱈を重ねないようにおき、上から残りの味
- ④ 味噌をかぶせる
- ⑤ 1～2日漬けておく
- ⑥ 直火かグリルで色よく焼く