

鯛めし

～タイ料理～

(約6～8人分)



■材料

たい	1尾・・・きれいに洗い酒をふり、塩をして芳ばしく焼く
万能ねぎ	適宜
米	3合
みりん	大さじ1
日本酒	大さじ3
醤油	大さじ2
生姜	15g・・・みじん切り
こぶ	20センチ・・・1枚
こぶだし	500cc

■作り方

- ① コメは洗ってざるにあげておく（30分）
- ② 釜に米、こぶ、その上に焼いた鯛を乗せ、生姜のみじん切り、日本酒、醤油を加えてこぶ出汁を入れ炊く
- ③ 炊きあがったら鯛を取り出し丁寧にほぐして骨をとり除き、釜にかえして、万能ねぎと白ゴマを加え良く和える