

夕方の煮付け



魚もやわらかく、味がしみこんでいるので、
とても食べやすくなっています。

お好みで、水溶き片くり粉を最後に入ると、とろみがつくので、より食べやすくなります。

材料(1人分)

- ・夕方 (切り) (50g)
- ・しょうが 2g

調味料

- ・濃口(おゆ) 8g
- ・醤油 3g
- ・水 30g

作り方

1. しょうがは皮をむき、薄くスライスする。
2. なべに夕方・調味料を入れ、火にかける。
↳ 水分が少ない場合はワクキングシートなどで落しぶたをしてください。
3. 魚に火がとおし、味がういたら完成!

