

『焼きさんまのすだちしょう油』

材料(2人分)

さんま	2	尾
塩	少	々
大根	100	g
青じそ	5	枚
みょうが	2	個
すだち	2	個
しょう油	大さじ	2



作り方

- ① さんまは頭と尾を切り落とし、3~4等分し、内臓を取り出して塩水で洗い、水気を拭く。
- ② 全体に塩を振ってグリルで両面焼く。
- ③ 大根は5~6cmの長さの千切りにする。青じそは千切りにする。
- ④ ミョウガは縦半分に切って根元をV字に切り、薄切りにし、水に2~3分浸けて水気を切る。
- ⑤ ③、④を合わせる。
- ⑥ 器に②と⑤を盛り、二つ割りにしたすだちを添える。しょう油をかけて頂く。