



ぶり、鮭の西京焼



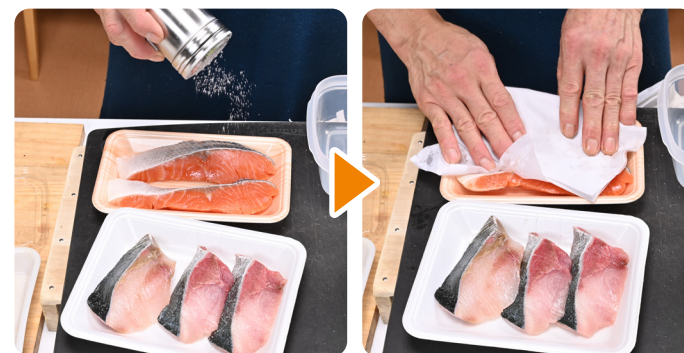
材 料

- ツルヤオリジナル 信州糀みそ…200g
- 砂糖…100g
- 水…大さじ2
- 魚の切身(厚めの切身がよい)

① ボウルに砂糖と水を入れ混ぜます。みそを加えよく混ぜます。



② 魚の切身に軽く(魚100gに0.5gくらいの)塩を振って10分置き、表面の水気をふきとります。



③ 魚に①のみそを塗り、保存容器に入れ、上からラップをあてて空気が入らないようにします。冷蔵庫に2日程度置いて味を染み込ませます。魚1切に大さじ山1杯くらいの合わせみそが必要です。残ったみそは冷蔵して次回使用してください。



★この合わせみそにすりごま、ゆずの皮のすりおろしなどを加えて、ごまみそえのみそ(vol.112-363)、みそだれ焼のみそ(vol.112-364)に又、甘さを調節して、ごまみそぼん酢(vol.113-367)などに転用できます。

④ ③の魚を軽く水洗いして表面のみそを落とします。魚焼グリル、網、オープンなどで焼きます。写真の付け合わせはゆでた細ねぎです。

★漬かったあと、2~3日で食べる場合は冷蔵、それ以上なら、みそに漬けたまま冷凍します。

