

ひょうてい
＜南禅寺畔・瓢亭＞
さわら ゆうあん
鱈の味噌幽庵焼き



[材料] (2人分)

鱈の切り身	120 グラム (30 グラム ×4)
日本酒 (煮切り酒)	350CC
みりん	200CC
淡口しょうゆ	75CC
濃口しょうゆ	75CC
柚子	1個
白味噌	約 200 グラム

[作り方]

1 鱈を適当な切り身にします (一切れ約 30 グラム)。

日本酒を煮て「煮切り酒」を作ります。煮切り酒7、みりん4、淡口しょうゆ 1.5、濃口しょうゆ 1.5 の割合で混ぜ合わせ幽庵地を作り、それに白粗粒味噌を溶き込みます。

★幽庵地は魚介だけではなく、鶏肉や牛肉にも利用できる
たいへん便利な調味料です

★幽庵地と白味噌の比率は 3 : 1
(幽庵地 1000cc に対して白味噌 300 グラム)



鱈をさばきます



一切れ約 30 グラムに切り分けます

2 ボウルに鱈の切り身と柚子の輪切りを入れ、幽庵地を入れます。ひたひたに浸かるまで漬け込み、冷蔵庫で1晩置きます。

★漬ける素材の脂身の多さで時間を変えてください



幽庵地に鱈を漬け込みます

3 **2**を幽庵地から引き上げ拭わずにそのまま串打ちして焼きます。強火は焦げやすいので、中火から弱火で焼き上げます。

★中火から弱火でじっくりと焼き上げると、
さめても固くなりません

★魚焼きグリルを使用の際、弱火できれいに
焼き上げましょう

中火から弱火でじっくり
焼き上げますお好みで幽庵地を塗り加えて
ください

4 器に盛り付けて出来上がり。
菊花かぶを添えると色どりがよくなります。

★幽庵地は冷蔵庫で保存しておけば、再利用が可能です



器に盛り付けて完成です