

さばの新しょうが焼き



調味料にしょうが汁と新しょうがを細かく刻んだものを混ぜ合わせて下味をつけ、こんがりオープンで焼きます。

下味をつけて天板に並べているところ



こんがり焼き上がったところ



材 料 4人分

・さば切り身 4切れ

下 味

・しょうが	1 かけ	すりおろしたしぼり汁
・新しょうが	1 かけ	みじん切り
・しょうゆ	小さじ2	
・酒	大さじ1/2	
・みりん	小さじ1	



作り方

1. さばは、しょうが汁、みじん切りにした新しょうが、調味料につけて20分位おき、下味をつける。
2. 1の汁を切ったさばを、グリルかオープンで皮がこんがりするくらい焼く。

☆ しょうが汁と新しょうがのみじん切りを両方使うのがポイントです。ぜひ、新しょうがの時期に作ってみてください。