

アジの韓国風酢味噌和え

準備（2人分）

生食用アジ 300 g 程度を片身

コチュジャン大さじ1

麦味噌大さじ1

砂糖大さじ半分

酢大さじ半分（好みで増減）



ゴマ油適量 青ネギ4本程 食塩 酢 いらりごま

手順

アジを三枚に下ろして皮付で軽く塩を振っておく。

コチュジャン、麦味噌、砂糖、酢を合わせて酢味噌を作る。

青ネギは、鍋で軽く湯がいて3cm程度の長さに切っておく。

アジは塩を洗い流して水気を取り、酢に浸して酢洗いで皮を剥ぎ刺身に切る。

酢味噌とアジ、青ネギを和える。

盛り付ける時に、ごま油で香りを付け、いらりごまを散らす。