

平成25年10月17日（木曜日）開催

八幡浜魚食文化継承事業「シーフードクッキング特別編②」レシピ

講師：道後温泉ふなや 和食料理長 久保田昌司 氏

### あまぎのつけ焼き

材料（2人分）

あまぎ 2尾  
酒 大さじ2  
濃口 大さじ2  
みりん 大さじ2  
柚子(スライス) 2~3枚  
サラダ油 少々  
みりん 少々

} A



※ アレンジ

チーズ、とろろ昆布、  
葱、青のりなど

作り方

①あまぎを水洗いして、頭と尾を切り落としておく。(ヒレも)

②小さめの容器にAを合わせ①を入れ、柚子を入れて20分置く。

(小さい容器(ボール)などの方が少ない汁で全体に漬かりやすい)

※どうしても漬かりづらい時は、ペーパータオルをかぶせる。

③グリルの焼き網にサラダ油を塗って熱してから、②の汁気をきり、魚の表側を上にして網にのせ、こんがり焼く。

※ 普通の塩焼きより焦げやすいので注意する。

④焼き上がりにハケでみりんをサッと塗るとツヤが出る。