

関あじのりゅうきゅう丼



材料(4人分)

◆ご飯	茶碗4杯分	◆生姜	1片	合わせ調味料	
◆関あじ	2尾	◆ごま	適量	◆みりん	100cc
◆小ねぎ	4本	◆わさび	お好みで	◆醤油	100cc
◆大葉	4枚				

- ① 関あじは3枚おろしにして、中骨をとり、皮をはぎ、そぎ切りにしておく。
- ② 合わせ調味料の材料を合わせておく。
- ③ 小ねぎは小口切り、大葉は千切りにし、生姜をすりおろしておく。
- ④ 合わせ調味料に切り身の関あじ、小ねぎ、大葉、ごま、生姜汁を入れる(20分)。
- ⑤ 温かいご飯を茶碗に盛り、④をのせる。好みでわさびを添えて出来上がり。