

鯖の幽庵焼

材 料

◆鯖切り身	4枚
◆柚子	1/2玉
◆塩	適量

～幽庵地(漬け込みたれ)～

◆濃口醤油	大さじ3
◆酒	大さじ3
◆みりん	大さじ3



- ① 鯖の両面に薄く塩をふって30分おき、水洗いして、水分をふき取っておく。
- ② 広めのバットに幽庵地の材料とスライスした柚子を入れ、①を30分漬け込む。
- ③ 鯖を取り出し、200度のオーブンで10分焼いた後、はけを使って②のたれのつけ焼きを3回繰り返し、完成。