

関あじの塩焼き



材料

◆ 関あじ	1人1本
◆ カボス	大さじ1
◆ 塩	



【魚の水洗い】 うろこを落としてからお腹を出すまでの作業

【化粧塩】 焼き上がりを美しく見せるために、焼く直前にふる塩。

ヒレは焦げやすいのでたくさん塩をふる。

- ① 頭を残して、関あじを水洗いする。
- ② ①の全体を拭き上げ、切り込みを入れる。
- ③ ①の全体に塩をあてて、ヒレは化粧塩をする。
- ④ オーブン200℃で15～20分、焼いて仕上げる。