

料理名 ブリのユズ七味焼き

材料 (2人分)

ブリ切り身…2切れ

塩…適宜

A 漬け汁

しょうゆ…50ml

みりん…50ml

料理酒…50ml

七味唐辛子…小さじ1

ユズ…1個 (半分に切り搾る)



作り方

(1) ブリの切り身は塩を振り、1時間ほど置く。

Aの材料を合わせ、(1)のブリを2時間漬ける (写真参考)。

(2)



(3)

ブリの汁気を拭き取り、漬け汁のユズと一緒にグリルで焼き上げる。その後ユズは取り除く。お好みでナバナのおひたし (材料外) を添えると彩りが良くなります。