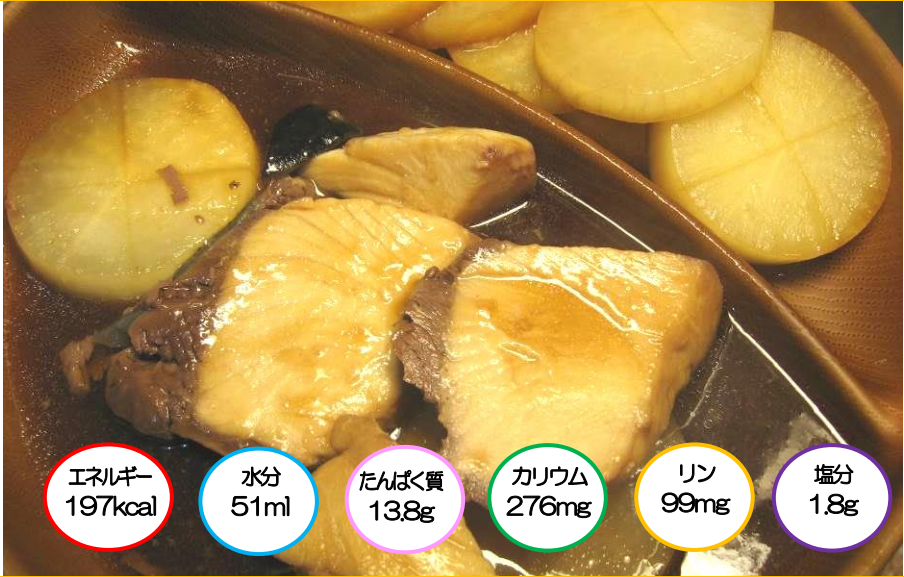


《 ブリの照り煮 》



材料 <3人前>

- | | | | |
|--------|-------|-------|------|
| • ブリ | 60g×3 | • みりん | 大さじ1 |
| • 濃口醤油 | 大さじ2 | • 酒 | 大さじ1 |
| • 砂糖 | 大さじ1 | • 片栗粉 | 小さじ1 |

作り方

1. ブリは水にさらした後、水気をとっておく。
2. ポリ袋に調味料をすべて加え、ブリを入れてなじませる。その後、空気を抜いて結ぶ。
3. 炊飯器に入れ、ご飯と一緒に炊いたら、出来上がり。