

魚のなたね焼き

～甘めの炒り卵に、味噌とバター風味でおいしく適塩～



作り方

- ① 魚はAに10分ほどつけ込み、焼く。
- ② かぶの葉はサッと茹でてみじん切りにする。
- ③ ときほぐした卵に、Bと②を混ぜ合わせる。
- ④ 小鍋にバターを入れて熱し、弱火にして③を入れ、炒り卵を作る。
- ⑤ 焼きあがった魚の上に④をのせて器に盛り付ける。

材 料（2人分）

A	鱈など白身魚	2切	B	砂糖	小さじ1
	しょうゆ	小さじ1/2		みりん	小さじ1
	酒	小さじ1		みそ	小さじ2
	かぶの葉	10g		バター	大さじ1
	卵	1個			