

簡単混ぜるだけ！何にでも合う万能みそダレ！

万能みそダレの 鮎焼き



【材料(4人前)】

・鮎	4尾	・しょうゆ	小さじ1.5
・みそ	50g	・ごま	少々
・砂糖	大さじ2	・青ねぎ	適当
・酒	大さじ2		



誰でも簡単！



魚大好き料理人 まりえ
魚料理を中心とした飲食店を経営。
新進気鋭の若手女性料理人。

おまけ

余ったみそダレは、おにぎりに混ぜ込んで焼くと美味しいよ！



1 万能みそダレの材料を全てボウルに入れ、なじむまでよく混ぜる。



2 鮎を背開きにして内蔵を取り、きれいに水洗いし、水分を拭き取る。



3 鮎のみを8割程度素焼きにする。



4 片面ずつ万能みそダレを塗り、軽く焦げ目が付くまで焼く。



ポイント

5 アルミホイルを使い、タレが流れたり焦げないように工夫しましょう。



開きにせず、そのまま素焼きで作ってもOK!

完成

盛り付けて完成!

簡単混ぜるだけ！何にでも合う万能みそダレ！

万能みそダレの 鮎焼き



【材料(4人前)】

・鮎	4尾	・しょうゆ	小さじ1.5
・みそ	50g	・ごま	少々
・砂糖	大さじ2	・青ねぎ	適当
・酒	大さじ2		



誰でも簡単！



魚大好き料理人 まりえ
魚料理を中心とした飲食店を経営。
新進気鋭の若手女性料理人。

おまけ

余ったみそダレは、おにぎりに混ぜ込んで焼くと美味しいよ！



1 万能みそダレの材料を全てボウルに入れ、なじむまでよく混ぜる。



2 鮎を背開きにして内蔵を取り、きれいに水洗いし、水分を拭き取る。



3 鮎のみを8割程度素焼きにする。



4 片面ずつ万能みそダレを塗り、軽く焦げ目が付くまで焼く。



ポイント

5 アルミホイルを使い、タレが流れたり焦げないように工夫しましょう。

開きにせず、そのまま素焼きで作ってもOK!

完成

盛り付けて完成!