



鯖の利休焼き

材料

鯖	4切れ
白いりごま	30g
卵	1個
しょう油	35g
みりん	35g
酒	30g

①

作り方

- ①鯖を①に30分くらい着ける。
- ②皮面に白いりごまを付ける。
- ③皮面を上にして180℃に熱したオーブンかグリルで15分ほど焼いたらできあがり！

