


さんまのかば焼き			(幼児1人分の分量) *大人は2倍にしてください
材 料	分 量	備 考	作 り 方
さんま(三枚卸)	40g		<p>さんまは生姜のしぼり汁、酒につけておく。 たれの調味液(しょうゆ、みりん、砂糖、酒)は合わせてひと煮立ちさせる。 のさんまに片栗粉をまぶし、油で揚げる。 のさんまが熱いうちに、 とからめる。</p> <p>少量作るときは、下味とたれの調味料をすべてあわせてさんまをつけておき、油を熱したフライパンで片栗粉をまぶしたさんまを焼きます。魚が焼けたら、つけておいた調味液を加えて煮、たれをからめます。</p> <div style="text-align: right;">  </div>
生姜	少々	しぼり汁	
酒	2.5g	魚下味	
片栗粉	適宜	魚にまぶす	
油	適宜	揚げ油	
しょうゆ	2.5g	小さじ1/2	
みりん	2g	小さじ1/3	
砂糖(上白)	0.5g	少々	
酒	1g	少々	

料理名の後の()の食品は特定原材料のうち使用している食品です。