



★カジキマグロの西京焼き★

〈材料〉1切あたり200g×4切れ

〈作り方〉

カジキマグロ…4切れ

味噌…60g

みりん…大さじ2

酒…大さじ2

砂糖…20g

①すべての調味料を混ぜ合わせる

②カジキマグロを①の調味料に約20分漬け込む

③170℃のオーブン又は魚焼きグリルで焼き上げる

④火が通ったのを確認し完成！！

※カジキマグロ以外のお魚でも美味しいですよ♪

※西京味噌が焦げやすいので気をつけて下さい！

