

■真鯛の鯛茶漬



<材料> 5人分

マダイ切り身……………200g

<つけダレ>

※醤油……………約大さじ2～2.5杯

※酒……………小さじ1杯

※砂糖……………少々

※みりん……………大さじ1杯

※すりごま……………大さじ2～2.5杯

わさび……………少々（お好みで）

<作り方>

- ①切り身をボウルに入れ、つけダレ※を容器に入れます。
身に色がつくまで漬け込む。（漬け加減はお好みで）
- ③ごはんの上に盛り付けてお好みでわさびを付けて、お湯をかけて出来上がり！
少し味が薄い場合は醤油を足して調整すると美味しいです！

■真鯛の鯛茶漬



<材料> 5人分

マダイ切り身……………200g

<つけダレ>

※醤油……………約大さじ2～2.5杯

※酒……………小さじ1杯

※砂糖……………少々

※みりん……………大さじ1杯

※すりごま……………大さじ2～2.5杯

わさび……………少々（お好みで）

<作り方>

- ①切り身をボウルに入れ、つけダレ※を容器に入れます。
身に色がつくまで漬け込む。（漬け加減はお好みで）
- ③ごはんの上に盛り付けてお好みでわさびを付けて、お湯をかけて出来上がり！
少し味が薄い場合は醤油を足して調整すると美味しいです！