

7月のおすすめレシピ

さんまのかば焼き

材 料 4人分	
さんま三枚おろし	3匹分
片栗粉	適量
油	適量
A	さとう 大さじ2と小さじ2
	しょうゆ 大さじ2
	みりん 大さじ1



【作り方】

- ① さんまに片栗粉をまぶし、余分な粉は落として、油でカラッと揚げる。
- ② A を鍋に入れて火にかけ、タレを作る。
- ③ ①を②のタレにからめる。

★土用の丑の日に登場するメニューです

