

和食の定番もグルミールで美味しく

ぶり大根



調理時間 約 50分

材 料 4人分

大根(葉付き) 1/3~1/2本

ぶり(アラも含む) 200g
しょうが 1片

A
酒 1/2カップ
砂糖 大さじ4
水 ひとひた
しょうゆ 大さじ3
みりん 大さじ1

作り方

1. 大根は厚めに皮をむいてひと口大の乱切りにし、下ゆでて皮をおきます。
2. ブりは食べやすい大きさに切り、湯通しします。
3. 鍋に1、2、Aを入れ、沸騰したらアクをとり、落とし蓋と蓋をして中火で15分加熱、消火。10分減圧。
4. 3の落とし蓋を取って煮汁を飛ばし、器に盛り、ゆでた大根の葉を添えます。