kurashiru

定番のぶり大根

調理時間：40分
費用目安：400円前後

料理のコツ・ポイント

調味料の量はお好みで調整してください。
鍋で煮る時は、大根の上にブリを入れると煮崩れしにくくなります。

材料 (2人前)

ブリ (計150g)	2切れ
塩	小さじ1/4
熱湯	適量
大根	200g
生姜	10g
水	200ml
(A)料理酒	大さじ3
(A)しょうゆ	大さじ2
(A)みりん	大さじ2
(A)砂糖	大さじ1
(A)顆粒和風だし	小さじ1/2

作り方

準備. 大根は皮をむいておきます。生姜は皮をむいておきます。

1. 大根は2cm幅の半月切りにします。生姜は薄切りにします。
2. ブリの両面に塩をまぶし、10分ほど置きます。耐熱ボウルに重ねたザルの上にのせ、熱湯をかけ、表面の色が変わったら流水でぬめりを洗います。
3. 鍋に1、水、(A)を入れ、中火で加熱します。ひと煮立ちしたら2を加え、落し蓋をして大根がやわらかくなるまで弱火で20分ほど煮ます。
4. 火から下ろし、お皿に盛り付けて完成です。