

漬け込みさばの柚子風味焼き



調理時間

35分（漬け込む時間含む）

材料

(4人分)

サバ（切り身）	4切れ（約70g）
塩	少々
柚子	1個
白胡麻	小さじ2
(A)	
醤油	60ml
みりん	30ml
酒	30ml
ゴマ油	30ml
カブの甘酢漬け	適宜

作り方

- 1 サバは切れ目を入れ、塩をして10分程置く。その後、水気を切る。柚子は輪切りにする。
- 2 混ぜ合わせた(A)に(1)を30分漬け込む。
- 3 (2)で漬けたサバと柚子を取り出し、ココットに入れ白胡麻をふり、蓋をしてグリルに入れる。
- 4 「ココット」を選択し、タイマーを14分に設定して点火する。
- 5 器に盛り、お好みでカブの甘酢漬けを添える。