

水なす・はもの串焼き



材料(4人分)

- 水なす 2個
- はも(骨切したもの) 200g
- 白ねぎ 1本
- 竹串 8本

甘たれ

- A
 - 醤油 大6杯
 - 砂糖 大5杯
 - 酒 大3杯
 - みりん 大3杯
- B
 - 片栗粉 小1杯
 - 水 小2杯
- 油 大2杯
- 甘酢生姜 20g

作り方

いつもと違った串焼きです。魚の嫌いな子供でも

- ① 水なすはヘタを取り、縦4等分に、1口大に切る。
白ねぎは3cm長さに切る。はもは縦半分に切りさらに3cm幅に切る。
- ② 串に①を交互にさす。
- ③ 鍋にAを入れ煮立てば、Bでとろみをつける。
- ④ フライパンに油を敷き②を両面焼く。(鍋のフタを使用すると早い)③の甘たれをかけるかハケで塗る。
- ⑤ 皿に④を盛り甘酢生姜を添える。

ポイント

- 丼にしても美味しいです。