

さんまのかば焼き（幼児4人分）



材料

さんま3枚卸し	中2尾
片栗粉	小さじ2
揚げ油	適量
砂糖	小さじ1
醤油	大さじ1/2
みりん	大さじ1/2強
水	大さじ2

作り方

- 1,砂糖、醤油、みりん、水を合わせ、ひと煮立ちさせる。
- 2,さんまは長さを半分に切り、片栗粉をまぶし油で揚げる。
- 3,熱いうちに1のたれをからめる。

✿フライパンで揚げ焼きし、たれを絡めてもよいです。

✿いわしでも美味しくできます。