



## さんまのひつまぶしご飯

### 材料 2人分

- ・さんま(3枚おろしにしたもの)…1尾分
- ・塩、こしょう、しょうが汁…各少々
- ・片栗粉…小さじ2
- ・サラダ油…少々
- ・調味料A
  - ・酒…大さじ1
  - ・しょうゆ、みりん、砂糖…各小さじ1
- ・温かいご飯…茶碗2杯分
- ・ゴマ…少々



### 作り方

- ①さんまは1cm幅の細切りにする。塩、こしょうをふり、しょうが汁をからめ、片栗粉をまぶしサラダ油で揚げる。
- ②調味料Aを煮立て、①のさんまとからめる。
- ③ボウルにご飯、②をタレごと加え、さっくりと混ぜてゴマを加え、器に盛る。

