

今が旬の
時鮭を使って
作ってみよう!

時鮭の焼きびたし

つけ合わせに
焼きねぎなどが
オススメ!

焼いて漬けておくだけで、
時鮭の旨みが味わい深い
おかずが完成!

材料(4人分)

- 生時鮭……4切れ
- ①(つけ汁) ●醤油…50cc
- 水…50cc
- みりん…大さじ3
- 酒…大さじ3

つけ汁を
めんつゆにすると
もっと簡単!



作り方

漬け時間や
調味料の分量などは
お好みで。

1



鮭はグリルで、色よく焼く。

2



①を耐熱の保存容器に入れ、②をひと煮立ちさせたものをかける。

3



時々裏返し、あら熱がとれたら、冷蔵庫で一晩寝かせる。

半日くらいでも食べられますが、一晩寝かせた方が味がなじんで美味しく食べられます。
保存は、冷蔵庫で1週間ほど。

主催:札幌市中央卸売市場水産協議会 魚食普及委員会
レシピ提供:北海道ぎょれん

