

あゆの朴葉焼き風



【材料】（5人分）

鮎 5匹、ねぎ 35g、みそ 75g、みりん 50g、砂糖 15g、ごま 15g
くるみ 20g、朴葉 適量、野菜(しいたけ、しめじ、にんじん、ねぎ等)

【作り方】

- 1 くるみ、ごまをすりつぶし、軽く炒る
- 2 ねぎを小口切り、にんじんは一口サイズ(軽くゆでる)、しいたけは切り込み
- 3 くるみ、ごま、みそ、みりん、砂糖、ねぎを混ぜる
- 4 プライパンにアルミホイルを敷き、朴葉、鮎、しいたけ、しめじ、にんじんの順に乗せ、みりん、酒を少々かけ、アルミホイルを包み弱火で10分蒸し焼きにする

