

## つくってみませんか？

魚が苦手な子もカレー味にすると食べてくれます



### <あじのカレー焼き>

#### 材料(4人分)

あじの切り身(40g)	…	4切
たまねぎ(すりおろす)	…	20g
〇おろししょうが	…	チューブ2～3cm
〇しょうゆ	…	大さじ1弱
〇酒	…	小さじ1弱
〇みりん	…	小さじ1弱
〇カレー粉	…	小さじ1弱

#### 作り方

- ① 〇の調味料と、たまねぎを混ぜ合わせ、あじを漬けこむ。
- ② オーブン(220～230℃)か魚焼きグリルで焼く。

