

# つくってみませんか？

今年はイワシが豊漁なのでお買い得です♪



## <いわしのかば焼き>

### 材料(4人分)

いわしのひらき	… 4切
片栗粉	… 適量
揚げ油	… 適量
○さとう	… 大さじ1と1/2
○しょうゆ	… 大さじ1弱
○みりん	… 大さじ1/2
○水	… 大さじ1と1/3
○いりごま	… 小さじ1

### 作り方

- ① いわしの開きに片栗粉をまぶして、油で揚げる。
- ② ①の調味料を煮立たせてたれをつくり、①のいわしにまんべんなくかける。

