

ブリの煮付け




—特徴—

- ☆コーンフラワーを使用したブリの煮付けです。
- ☆コーンフラワーがブリのくさみを抑制し、コクを出します。
- ☆圧力調理バッグで作成するので、簡単に作れます。
- ☆イワシやサバなどの魚でもおいしく作れます。

〔 材 料 〕

ブリ	1切(80g)
水	15.5g
酒	7.8g
上白糖	15.7g
醤油	11g
コーンフラワーイエローNo.7	2.5g
生姜	2g

サニーメイズ公式インスタグラム  検索

Instagram でレシピと動画を公開中♪

株式会社 サニーメイズ

Tel. 054-365-5163
Fax. 054-364-2578
静岡県静岡市清水区横砂南町 2-1

[作り方]

- ① 鍋に水、酒、上白糖、醤油を入れ、火にかける。沸騰したら火を止めて冷ます。
- ② 圧力調理バッグに①を入れ、**コーンフラワーイエローNo. 7**、千切りにした生姜を入れ混ぜ合わせ、ブリを入れる。
- ③ 600W の電子レンジで 2 分加熱する。
※加熱時間は目安なので実物を見ながら調整する。