

釣っておもてなし! みんなにんまり レシピ



+++++

recipe

02

鮎の
山椒塩釜焼き



鮎

POINT

焼きあがった塩釜は、スプーンなどの固いものを使って軽く叩き割って塩を取り除いてください。
塩釜で鮎を包みこむようにして焼き上げることで風味を閉じこめ、木の芽や山椒で香り高く仕上げます。

ingredient

鮎…2尾
塩…500g
卵白…1個分
山椒…小さじ1
木の芽…適量
酒…小さじ2

recipe

- 1 鮎は水で洗って包丁の背などでやさしくぬめりを取り除き、キッチンペーパーなどで水気をふき取っておく。
- 2 ボウルに卵白を入れて泡だて器などで軽く溶きほぐし、粗塩と山椒を加えてしっかりと混ぜ合わせる。
- 3 天板にオープンシートを敷き、②の半量を広げ、木の芽を敷いて鮎を2尾並べる。その上に木の芽をのせて酒(小さじ1ずつ)を振りかけ残りの②をかぶせ、全体を覆う。
- 4 180℃に予熱したオーブンで約20分焼く。