

かれいの東煮



材料 (2人分)

油	4.4 g
かれい	70 g
おろししょうが	0.2 g
片栗粉	2.8 g
砂糖	1.4 g
しょうゆ	2.2 g
みりん	1.4 g
水	3.2 g
片栗粉	0.2 g
水	1.8 g

1. かれいはおろししょうがを揉み込み、10分程度おく
2. 1に片栗粉をまぶし、油で揚げる
3. 鍋に水、砂糖、しょうゆ、みりんを入れ、混ぜ合わせて加熱する
4. 3に水溶き片栗粉を加え、とろみをつける
5. 4に、2を入れて絡める