



作り方

1. あじのうろこ、えら、はらわたを取って水洗いをして、水気をふき取り、厚みのある魚は切り目を入れ、全体に塩をふり、そのまま10分置き、水気をふき取る。
2. 1を波皿にのせ、メニューの「丸焼き」「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。

丸焼き

使用付属品



波皿

火力の目安
中



調理のこつ

焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、同じ大きさでも脂ののり具合、魚の温度、塩のふり加減によって異なります。（塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります）お好みにより仕上がりを調節して調理してください。

材料（1～4尾分）

あじ（1尾約130g～180g）	1～4尾
塩	適量

材料（1～2尾分）

あじ（1尾約130g～180g）	1～2尾
塩	適量