



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。

メニュー

使用付属品
波皿

丸焼き

火力の目安
中

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