

おさかなマイスターお勧め!

シロギスの手羽先風

(材料4人分)

・シロギス	12尾	・醤油	25cc
・ニンニク	1片	・みりん	25cc
・生姜	1枚	・酒	小2
・揚げ油	適量	・塩、白コショウ	少々
・片栗粉	適量	・白ゴマ	少々
・コチュジャン	小1		

作り方

- 1、 シロギスの各ヒレをキッチンバサミで切り取ってからウロコを取って頭を落とし、内臓を取り除いておく。
- 2、 鍋に酒、みりんを沸騰させてから醤油、コチュジャン、ニンニクと生姜のスライスを入れ、ひと煮立ちさせて火を止める。
- 3、 シロギスの身に片栗粉を薄くまぶし、180℃に熱した油できつね色に揚げる。
- 4、 油から取り出した身に塩、コショウを振ってたれに絡め、白ゴマを振りかけ、完成。

今年流行りの甘辛い鳥手羽料理を魚に当てはめました。

すっごく美味しいので、是非お試しを!!

小型のキスを使えば骨ごと食べられます。