

## イワシの梅煮

材料（4人分）

イワシ（大）4尾、梅干し（大）4個

<煮汁>

水2カップ、酒50cc、醤油大さじ3、砂糖大さじ3、みりん大さじ3、酢大さじ3



作り方

イワシはウロコと頭を落とし、腹を開いてワタを取る。

鍋に水を入れ、火にかける。煮立ったら、酒、みりん、酢、砂糖を入れる。イワシを入れ、空いているところに梅干しをちぎって入れる。少ししてから、醤油を入れ、アクを取りながら弱火でコトコト煮る。

汁が少なくなってきたら、ときどきスプーンで汁をかけながら煮込む。鍋底に汁がほんの少し残り、イワシにつやが出るまで煮る。

皿にイワシを盛りつけ、残った汁をかけて梅干しを載せる。

ひとくちメモ

中、小型のイワシなら、数を増やします。

冷やして食べるととても美味。