

# 西京漬の上手な焼き方

成功100%のコツ

## ① しっかり解凍するべし!

西京漬は解凍後5日間日持ちします。解凍したても美味しいですが、3~4日冷蔵庫で寝かせたものは特に美味しいです。解凍は予定より少し前に冷蔵庫に移しておくのがおすすめ!

●お急ぎの場合は、真空パックのまま流水に5分ほど充てていただくと解凍できます。

## ② 表面のおみそを残すべからず!

焦げやすい原因は'お味噌'です。キッチンペーパーなどでしっかりお味噌を取り除いてください。さっとお水にくぐらせて、ペーパーで水分をとる方法もあります。

## ③ モミモミホイルを活用するべし!

脂のりの良い魚はたいへん崩れやすく、グリルの網に引っ付きやすいものです。手でよく揉んだアルミホイルを必ず敷いてからそっと魚をのせてください。くつつき、型崩れを防いでください。

## ④ グリルから離れるべからず!

グリルやオーブントースタで、中火より少し弱い火加減で(弱火すぎると水分が出てしまいます。)約8~13分。機種による違いはありますが8分頃からは目を離さず、こまめに中の様子を見てください。(開け閉めは最小限に)焦げる瞬間は突然やってきます。

## ⑤ お箸NG! フライ返しを使うべし!

こんがりと香ばしい香り漂う西京漬が焼けたら、お皿に移す'緊張の一瞬'フライ返しを使って慎重に盛り付ければ、完成です!



フライパンで焼く方法

フライパンを中火にかけクッキングシートをひいて魚をのせる。

フタをして5~6分蒸し焼きに。返して焼き目がついたら完成です!

アレンジメニュー

- ・しっかりおみそを取った魚を季節のお野菜と共にアルミホイルで包み、オーブントースターなどで15分~20分。味付けはチーズやマヨネーズも美味しい。

解凍後は日に日に熟成が進み味わいが増します。  
保存料を使用しておりませんので、5日以内にお召し下り下さい。

— ざこばの朝市オンラインショップ —