



給食のおすすめレシピを紹介します！

さばの塩こうじ焼き

塩こうじだけでなく、みりんを加えることで、塩辛くならず、ほんのり甘みも感じられ、子どもも食べやすい味付けです。

< 材料（4人分） >

さば・・・・・・・・・・4切

塩こうじ・・・・・・・・大さじ1

みりん・・・・・・・・・・小さじ1

酒・・・・・・・・・・小さじ1

< 作り方 >

①調味料を混ぜ合わせる。さばと調味料を混ぜ合わせて20分程度漬け込む。

②グリル（またはオーブン）で焼く。