



Recipe

まいにちの発酵レシピ

鮭の塩麴漬け

Ingredients 材料

鮭 2切れ (ブリ・鯛・タラなど)
塩麴 大さじ1 (甘酒・醤油麴に変えてもok)

※塩麴は魚介の重量の約1割

Directions 作り方

- ① 酒の表面の水気をペーパーなどで拭き取る。
- ② ポリ袋に鮭と塩麴を入れて漬ける。
- ③ 冷蔵庫で30分～3日漬ける。(一晩ほど漬ける方が身がやわらかくなります。)
- ④ 魚焼きグリルかフライパン(弱火～中火)で油少々をひき、塩麴を軽く拭き取り蓋をして両面を色よく焼く。