

9月旬のおすすめレシピ

敬老の日に！祝い鯛めし&鯛みそ

祝いの膳に豪華な鯛めしと華やかな鯛みそでお祝いを。

●材料

鯛	1	尾
米	3	合
昆布だし	530	cc
醤油、酒、みりん	大さじ	1
刻み生姜、塩	少々	
☆サヌキ白みそ	小さじ	1
☆イツツお料理みそ	小さじ	1
☆昆布だし	大さじ	1



●作り方

米を研ぎザルに揚げ、下処理した鯛をグリルで焼く。

土鍋に出汁、各調味料、生姜、塩、焼鯛を入れ強火で炊く。

沸騰すれば弱火15分、火を消し10分蒸らして鯛めしの完成。

☆に鯛のほぐし身を入れ、十分混ぜて鯛みその完成。

椀によそった鯛めしに鯛みそを乗せ、白ごま、刻みネギと海苔で飾

※味噌の配合量はお好みで加減してください。

創業1931年



株式会社イツツミヤ

〒769-1603 香川県観音寺市豊浜町和田甲229

TEL 0875-52-3030 / FAX 0875-52-6230