

## ブリの照り焼き

合計加熱調理時間 約 9分

[1人分：328kcal/ 食塩相当量：1.1g]

照り焼き料理の定番です。



## 材料（10人分 [1人分1切れ]）

ブリ（1切れ：120g）	10切れ
<材料a>	
しょうゆ	100cc
本みりん	50cc
日本酒	50cc
砂糖	大さじ1

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 分量

10人分 [1人分1切れ]

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	100%	9分	220℃	—

## 下ごしらえ

・ブリに塩（分量外）を振りかけて5分以上置き、氷水に浸けて汚れを取って、よく水洗いして水気をよく切り、クッキングペーパーでふき取る。

## 作り方

1. パットに<材料a>を加えてよく混ぜ合わせ、ブリを入れて3時間以上漬け込む。
2. 20mmのホテルパン1枚にオープンシートを敷き、1のブリを並べて【設定1】で予熱後、加熱する。
3. 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、鍋に1の漬け汁を入れて煮詰めたタレをかける。



## 調理ポイント

◆ブリに塩を振りかけることで生臭みが消えて、味が染み込みやすくなる。