



☆☆ワンポイント☆☆



【作り方】

- ① しょうがは薄切りにする。
- ② Aの調味料、水を合わせ、しょうがを入れ、煮立たせる。
- ③ さばを調味液（水を入れてひたひた程度）に入れ、強火にする。
- ④ 煮立ってから、魚に煮汁がまわる程度の火加減にし、10～20分くらい煮含める。
- ⑤ 酢を加え、5分程度煮る。