

金ごまいわし

～ 一度にたくさん作って常備菜に！冷蔵庫で2週間位持ちます
超しっとりのすりごまはとても絡みやすく、のど越しもとてもいいです～



使用商品：金ごますりごま 70g

姉妹品：金ごますりごま 60g

<材料> 8人分

いわし(中)	16尾
酢	300cc
A	
醤油	1/2カップ
酒	1/2カップ
みりん	1/2カップ
金ごますりごま70g	1袋

<作り方>

1. イワシは内臓と頭、尾を取り、水で洗いキッチンペーパーで水分をきれいに取る。
2. 3つに切り、鍋に入れ酢を加え、落し蓋をして水分が、ほとんどなくなるまで中火で煮る。
3. **A**を入れ、2.のイワシを入れ、再び中火で水分がほとんどなくなるまで煮る。
4. ボールなどに金ごますりごまを入れ、3.のイワシを入れて絡め、器に盛る。

金ごま本舗株式会社
兵庫県宝塚市山本中3丁目19-26
TEL:0797-80-4150
<http://www.kingoma.co.jp/>