

# アジのトマト入り南蛮漬け

4人分



小あじ……………20尾	〈南蛮だれ〉
塩……………小さじ1	みりん……………大さじ2
片栗粉……………大さじ3	砂糖……………大さじ3
トマト……………2個	酢……………大さじ6
玉ねぎ……………1/2個	しょうゆ……………大さじ3
ピーマン……………1個	塩……………少々
	水……………250ml

## 〈作り方〉

- ①アジは下処理をし、塩をふって10分ほど置く。水気をふき取り、片栗粉をまぶす。
- ②トマトは角切り、玉ねぎ・ピーマンは薄切りにする。
- ③南蛮だれの材料を一煮立ちさせる。
- ④アジを油でしっかりと揚げる。
- ⑤アジが熱いうちに野菜とたれをかけて粗熱をとる。