

烏賊黄身焼き

●材料● 4人分

もんごういか(上身) ……………200g

たれ

〔 内臓卵 ……………5個

卵黄 ……………2個

味醂 ……………10ml

〔 薄口醤油 ……………10ml

(分量外)

塩

●作り方●

1. たれを作る。内臓卵は表面の皮を竹串で破り、中身を絞り出す。卵黄を加えて溶き、味醂と薄口醤油を加えて混ぜる。
2. もんごういかは表側にかのこ包丁を入れ、縫い串を打ち、曲がらないように添え串を打つ。
3. いかに薄く振り塩をして、表の方から強火で、やや火に近づけて焼く。薄く焼き色がついたら、串を回し、裏返して八分通り火を通す。
4. いかの表面にたれを刷毛でぬり、中火で乾かすようにあぶる。これを2～3回くり返す。
5. もんごういかを適当な大きさに切り、器に盛る。