

鮭のおりべ焼き レシピ

十八夜は、立春から数えて88日目のことで、この日に摘んだ新茶を飲むと病気にならないと言われています。

お茶といえば、岐阜の白川茶や揖斐茶が有名ですね。香りや鮮やかな緑色が、心も体もリフレッシュ効果が期待されます。



<材料> 4人分

鮭	4切れ
しょうゆ（薄口）	小さじ1
酒	小さじ2
食塩	小さじ1/4
茶の粉末	小さじ1/4



<作り方>

- ① 鮭に、うすくちしょうゆ、酒、塩で下味をつける。
- ② ①にお茶の粉末をまぶす。
- ③ オーブントースターで7～8分くらい焼く。



料理の「織部」は、陶器の織部焼きの緑色を表現した料理のことを言います。鮭にお茶の緑色が映えるように、見栄え良くまぶしましょう。