

おさかなステーキ

材料 5人分

マンダイ（またはカジキマグロ）5枚

しょうが 一かけ（みじん切り）

にんにく 一かけ（みじん切り）

しょうゆ 小さじ2杯

みりん 小さじ1杯

バター 10g

レモン汁 小さじ1杯

作り方

1. フライパンに油をしき、にんにく・しょうがを入れ、魚を並べ両面を焼く。
2. 魚が焼けたら調味料をすべて加え、人煮立ちさせる。