

## 干カレイ玉子とじ丼



作 者 清水 雅治 さん

住 所 大阪府堺市

使用干物 カレイ

### 材料

干しカレイ…………… 1 枚  
出汁…………… 100cc  
濃口……………大さじ 1 杯  
みりん…………… 大さじ 1 杯  
玉子…………… 2 個  
玉ねぎ…………… 1/4 個  
人参…………… 10g  
ズッキーニ…………… 10g  
実山椒…………… 少々

### 作り方

- 1 干しカレイをグリルで酒を振り焼く。
- 2 出汁、調味料、玉ねぎを鍋に入れ沸かす。
- 3 玉子を回し入れ、野菜、カレイを入れる。
- 4 ご飯をよそい、盛り付け、刻んだ実山椒をとめる。

### 作者コメント

どんぶりなので、子どもでも魚をガッツリ食べれます。