

## 材料 (4人分)

|      |     |
|------|-----|
| 焼き穴子 | 大4尾 |
| ご飯   | 適宜  |
| 三つ葉  | 1束  |
| 粉山椒  | 適宜  |

## 【タレ】

|          |     |
|----------|-----|
| 焼き穴子の頭、尾 | 4尾分 |
|----------|-----|

|           |            |
|-----------|------------|
| (A) 酒、みりん | 各大さじ4 1/2杯 |
| 濃口しょうゆ    | 大さじ3 1/2杯  |
| たまり       | 大さじ1 1/3杯  |
| 砂糖        | 10g        |

1. タレを作る。  
穴子は頭と尾を切り落とす。  
(A)を合わせて小鍋に入れ、焼き穴子の頭と尾を加えて煮る。  
沸騰してきたら弱火にしてアクをとりながら、2割くらい煮詰めてこす。  
[ポイント]  
タレを煮るときは、グラグラさせないこと。  
液の表面が微笑むように、コトコトとしずかに煮る。
2. 三つ葉は葉の部分落とし、軸のみを束ねてさっと茹で、  
冷水にとって冷まして水気を切る。  
これを3cmくらいに切って軸三つ葉を作る。  
焼き穴子はさっと焙り、1尾を2切れに切り分ける。  
[ポイント]  
焼き穴子は、焙るよりオーブントースターを利用する方が簡単に温められる。  
その場合は、アルミホイルをプレートに敷いて焼き穴子をのせ、  
上面にアルミホイルをかぶせる。
3. 井にご飯をよそい、タレを回しかける。  
焼き穴子を盛り付けてタレをかけ、三つ葉を散らす。  
好みで、粉山椒をふる。