

## 「板海苔の佃煮」 レシピ

木更津金田の浜活性化協議会

① 板海苔（10枚）を細かく破いて用意する。

② 醤油 90 cc、砂糖 30 g、

発酵調味料（本みりん又は酒） 40 cc、水 150 cc、

をミックスして鍋に入れる。

③ 細かくした板海苔を鍋に入れ、火をつける。

沸騰したら弱火で焦げないように、混ぜながら煮込んでいく。

④ 1 昼夜、常温で保管すると味がのってきます。

⑤ 温かいご飯とお召し上がりください。

※市販の「蕎麦つゆ」で煮込むのも可能で簡単です。

※細かく刻んだ「根生姜」を入れると更に美味しくなります。