

魚のコチジャン焼き

【材 料】(4人分)

お好みの魚	4切れ
しょうゆ	小さじ1/2
砂糖	小さじ1強
赤みそ	小さじ1強
コチジャン	小さじ1強
にんにく	ひとかけ

- ① にんにくはすりおろしておく
- ② しょうゆ～にんにくまでのタレで魚を漬けておく。
- ③ 油を熱し、フライパンやグリルで火が通るまで焼く。