

第2回平成25年度宮古市新加工品コンクール

優秀賞



●元祖 ぶっかけまんま メカジキのそぼろ煮

○丸友しまか有限会社

TEL 0193-62-1332

メカジキを煮る際、我が家では玉葱と一緒に煮る事が多い。これをヒントに、そばろ状にしたメカジキと玉葱、醤油、砂糖等で煮込みました。

魚臭さを取り除くために、根生姜が入っています。ご飯のお供に、酒の肴でお召し上がり下さい。