鮭の西京焼き

＜材料＞　（1人分）

さけ	50g
白みそ	4g
みりん	2cc
酒	3cc
砂糖	0.5g
れんこん	25g
塩	0.1g
揚げ油	適量

＜作り方＞

①
前日に白みそ、酒、みりん、砂糖をボールに入れ、泡だて器を使ってヨーグルトぐらいの硬さになるように混ぜます。
タッパーウェアやバットなどの適当な大きさの入れ物を用意し、入れ物の底に合わせた白みそを流し入れ、その上に鮭の切り身を乗せ、さらに上からみそをかぶせるように流し入れて上からラップなどでふたをして冷蔵庫で一晩しっかり漬け込みます。

②
れんこんは同じ厚さに揃えて切ります。
一度水にさらしてから、ざるにあけて水分をきっておきます。
低めの温度の油でゆっくり揚げてきつね色になるまで揚げます。

③
一日漬けたら余分なみそを指で取り除き、オーブンの天板に並べ、180℃ぐらいに温めたオーブンで、表面に少し焦げ色が付き、しっかり中心に火がとおるまで20～30分ぐらい焼けば出来上がりです。

西京焼きの「さいきょう」とは「西の都」つまり「京都」のことだそうです。そこで（京都）で作られた白みそを「西京白みそ」と言ったところから、白みそで漬けて焼いた物を「西京焼き」と言うそうです。
鮭以外にも「鰆（さわら）」「銀鱈（ぎんだら）」「まながつお」などの魚も白みそと相性がいいのでおすすめです。