



# 焼きづけ

YAKIZUKE

焼きたての小魚をじゅーつと酢に  
食欲がわくさっぱりとした常備食



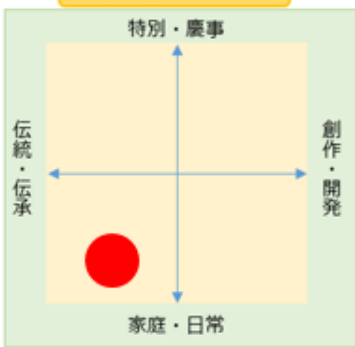
## 【材 料】（4～5人分）

- ・ 小魚・・・・・・8匹
- ・ 三杯酢
  - ・ 酢・・・1/2カップ
  - ・ 濃口醤油・1/4カップ
  - ・ 砂糖・・・1/4カップ弱
  - ・ 酒・・・少々
- ・ 青ネギ・・・・・・適量
- ・ ショウガ・・・・・・適量

## 【データ】

- ・ 由来：小魚を「焼いて」三杯酢に「漬ける」製法から。
- ・ 用途：常備菜・家庭料理
- ・ 地域：瀬戸内海沿岸・島嶼部
- ・ 情報：香川県では「鱈の三杯」、  
「魚の三杯」などと呼ばれる。  
「南蛮漬け」は東南アジア経由で「南蛮（スペイン・ポルトガル）」から調理方法が伝わったとする説もある。全国的に同様の調理法を用いた郷土料理は多数存在する。

### 郷土料理プロフィール



## 【作り方】

- ① 小魚は、出来ればうるこを取り、塩少々を振って身を引き締める。
- ② 小魚の水分をふきとる。
- ③ ポウルに三杯酢を合わせる。
- ④ ネギを5cmに切ってくしに刺し、直火であぶって焼き③につける。ショウガは干切りにして③に入れる。
- ⑤ ②を焼き、あつあつを④につけ込む。1日ぐらいたってからのいただくともなじみ、骨も軟らかくなる。
- ⑥ この分量にとらわれずたくさん作っておき、つけ汁を時々沸して冷まし、つけなおすと長持ちするので便利である。三杯酢の味は甘みを控えめにすること

よく似た料理に南蛮漬がある。これは小魚に小麦粉を付け、油であげ、とうから入った二杯酢か三杯酢につける。これは、焼きたての小魚をじゅーつと酢に漬ける製法から。用途：常備菜・家庭料理。地域：瀬戸内海沿岸・島嶼部。情報：香川県では「鱈の三杯」、

「魚の三杯」などと呼ばれる。「南蛮漬け」は東南アジア経由で「南蛮（スペイン・ポルトガル）」から調理方法が伝わったとする説もある。全国的に同様の調理法を用いた郷土料理は多数存在する。

よく似た料理に南蛮漬がある。これは小魚に小麦粉を付け、油であげ、とうから入った二杯酢か三杯酢につける。これは、焼きたての小魚をじゅーつと酢に漬ける製法から。用途：常備菜・家庭料理。地域：瀬戸内海沿岸・島嶼部。情報：香川県では「鱈の三杯」、