

## 《主菜》アジの山河焼き



千葉県郷土料理の1つです。アジは手開きして包丁で細かくしても良いですね。

### ▶材料（4人分）

長ネギ	50g
シソの葉	5枚
ショウガ	小1片
★アジすり身	150g
★鶏ひき肉	100g
★みそ	大さじ1
★いりゴマ	小さじ2
★片栗粉	大さじ2弱
サラダ油	適量

### ▶作り方

- ① 長ネギとシソの葉は粗みじん切りに、ショウガはみじん切りにする。
- ② ①と★をすべて混ぜ合わせる。
- ③ 人数分に分け、ハンバーグのような小判型に成形する。
- ④ フライパンにサラダ油を引き、③を焼く。