家族みんなで ご馳走 贅沢 ~Home Party~

素材の味が活きています♪

ハローデイ 食の提案レシピ

骨なし銀鮭のアクアパッツァ

【材料】4人分

骨取り定塩銀鮭切身・・・・・4切れ
薄力粉・・・適宜
ニンニク(みじん切り)・・・・・5g
えび・・・・・大4尾
オリーブオイル・・・・・適宜
(A)殻付あさり・・・・・1パック
(A)ミニトマト・・・・・8個
(A)白ワイン・・・・・50ml
(A)ハーブソルト・・・・・小さじ1/2
(B)マッシュルーム(缶)(ホール)・・・・・8個
(B)ブラックオリーブ・・・・・適宜
(C)レモン、イタリアンパセリ、アスパラガス(ゆで済)
・・・・・各適宜

①骨取り定塩銀鮭切身
(大きければ半分にカット)
に薄力粉をふる。

②フライパンに、オリーブオイル、ニンニクを入れ、熱し、銀鮭、えびを両面焼く。

③②に(A)、(B)を入れ、蓋をし加熱する。
(中火で14分くらい)

あさりの殻が開くのを目安に♪

④③に、(C)を添える。