

※写真はイメージです。

新鮮な生銀鮭を簡単においしく♪

生銀鮭とキャベツのレンジ蒸し ねぎ生姜仕立て

材 料 (4人分)

生銀鮭	4切
塩	少々
こしょう	少々
キャベツ	4枚
もやし	1袋(200g)
ブナしめじ	1パック(100g)

A	ハウス 特選本香り 生しょうが (土しょうが)	小さじ1
	しょうゆ	大さじ2
	酢	大さじ2
	ごま油	小さじ1
	砂糖	ひとつまみ
	白ねぎ(みじん切り)	
		10cm分

作り方

1. Aのドレッシングの材料を混ぜ合わせる。
2. 生銀鮭は、軽く塩・こしょうをふる。
3. キャベツはザク切りにする。ブナしめじは石づきを取り小房に分ける。
4. 耐熱容器に、3のキャベツとブナしめじ、もやしを敷き、上に2の生銀鮭をのせる。
5. ラップをして、電子レンジ(500W)で、約12分加熱し、1をかける。

1人分ずつ、クッキングシートに包んで加熱してもOKです。

電子レンジでの加熱時間は機種・W(ワット)数により異なりますので、お使いの機種によって調節してください。

by:ハウス食品株式会社