



※写真はイメージです。

秋の味覚を堪能できる贅沢おかず

## 秋鮭とキノコのバター焼き

### 材 料 (2人分)

生鮭(切り身).....	2切れ(200g)
小麦粉 .....	適量
白しめじ.....	1パック
ほうれん草.....	1/2束
サラダ油.....	大さじ1・1/2
キッコーマンしぼりたて生しょうゆ .....	大さじ1・1/2
バター .....	10g

### 作り方

1. 生鮭をひと口大に切り、小麦粉をまぶしておく。  
また、白しめじは小房に分け、ほうれん草は4cm長さに切る。
2. フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、  
鮭を中火で両面焼き火を通し取り出す。
3. 同じフライパンにサラダ油大さじ1/2を熱し、白しめじとほうれん草を炒める。
4. 2の鮭を戻し入れさっと炒め合わせる。
5. 生しょうゆを加えて炒め、バターを加えて炒め合わせる。