

カキのみそ焼き



調理時間

35分

カロリー

337kcal

材料

(2人分)

カキ	20粒
えのき	1/2パック (約120g)
ねぎ	1本
柚子	1/2個
にんにく	1片
赤唐辛子	1本
(A)	
すり胡麻	大さじ1
赤みそ	30g
砂糖	大さじ2
酒	大さじ2
みりん	大さじ1
胡麻油	大さじ1
春菊	適宜

作り方

- 1 カキは洗い、水気を切る。えのきは石付きを取りほぐし、ねぎは斜め切り、柚子はぶつ切りにする。
- 2 にんにくは薄切りに、赤唐辛子はぶつ切りにする。
- 3 ボウルで(2)と(A)を混ぜ合わせる。
- 4 グリルプレートに、アルミホイルのフチを少し立てケース状にしたものを敷き、(1)を広げて入れ、(3)をまんべんなくかけ、グリルに入れる。
- 5 「グリルプレート」モードを選択し、タイマーを10分に設定して点火する。
- 6 焼きあがったら、つまみちぎった春菊を散らす。

カキの土手鍋風。旬のカキとみその風味が引き立ちます。