サーモンと青梗菜のクリームソース



調理時間	25分
カロリー	745kcal

材料	(2人分)
サーモン	2切れ
塩	少々
青梗菜	1株
生クリーム	100cc
牛乳	100cc
塩	小さじ1/3
コンソメ	小さじ1
白ワイン	大さじ1
白こしょう	少々

作り方

1. サーモンは塩少々をふって5分程置き、キッチンペーパーで出てきた水気を拭き、4等分に切る。青梗菜は4～5cmのざく切りにする。
2. ココットダッチオーブンに(1)のサーモンと青梗菜、残りのすべての材料を入れて蓋をし、グリルに入れる。「ココットダッチオーブン」モードのタイマー設定で10分加熱し、消火後、そのままグリルの中で5分余熱する。
3. お皿に盛り付ける。

サーモンと具材、ソースの材料をすべてココットダッチオーブンに入れて加熱するだけ。