

ほたてゆず胡椒ソテー

材料

ほたて	8個
胡瓜	1本

※ほたてから出汁が出ていた場合は捨てないで下さい。

調味料

酒	適量
ゆず胡椒	少量
岩塩	少量
ごま油	適量
塩	適量

作り方

- ① ほたては半分に輪切りして、胡瓜は小口切りで塩もみします。
- ② フライパンにサラダ油を敷き、温まったらほたてを投入し、日本酒を入れてほたて表面に軽く熱が通るくらい軽く熱します。
- ③ 胡瓜の塩気を抜き、②のほたてと混ぜ、ゆず胡椒、岩塩、ごま油で味を付けます。
このとき、ほたての出汁があれば一緒に混ぜ合わせて完成です。