

☆簡単メニュー☆

バターと醤油の香りで食欲UP！

☆鮭としめじのバター醤油



【材料】大人2人分、こども1人

・鮭	3切(300g)	
・しめじ	1袋(100g)	
・油	小さじ1	
A	・酒	大さじ1
	・醤油	大さじ1
	・みりん	大さじ1
	・砂糖	大さじ1
	・バター	10g

【作り方】

- ①鮭を3等分に切る。しめじはほぐしておく。
- ②フライパンに油をひき、皮目から焼く。
- ③ひっくり返し、両面が焼けたら、しめじを入れ軽く炒める。
- ④Aの調味料を加え、弱火にしバターを入れてふたをする。
- ⑤バターが溶けたら中火でタレを絡める。



Aの調味料はめんつゆでもOK！
(3倍希釈をそのまま使用)
味付けは味を見ながら調整してね。



☆しめじは長時間加熱すると苦くなるので炒めすぎに注意！
★余っている野菜(玉葱・人参・キャベツなど)を加えてもgood！