

おいしい😊🍴🍴 鰻料理

料理名: あじのフルーツパッツァ

～ 材料と分量 (5人分) ～

材料	分量	調理道具
鰻 切り身	5尾	包丁
フルーツミニトマト	15個	
むきエビ	20尾程度	ボウル
オリーブオイル	大さじ5	計量スプーン
にんにく(薄切り)	2かけ半	包丁
バジル	適量	
塩	5つまみ	
冷凍ブルーベリー	40g	
パイナップル	好みの量	

作り方

えびを塩水につけて解凍する。
ブルーベリーを解凍する。

- ①鰻の切り身に斜めに一本切り込みを入れ、塩をふって五分ほど置く。
- ②フライパンにオリーブオイルを強火で熱し、水気をふいた①の両面をこんがりと焼く。弱火にしてにんにくを加え、香りがたつまで炒める。
- ③②に水2カップを注ぎ、えびを加え強火にする。
- ④③にオリーブオイル適量(分量外)をかけ、バジルを入れて軽く火が通ったら、火を止める。
- ⑤お皿に盛り付け、パイナップル、ブルーベリーを添える。

魚とフルーツが意外と合い、オリジナリティある料理です！

