

すずきのスイートチリソース煮



調理時間 20分

材料 (4人分)

| | |
|-----------|----------------|
| すずき (切り身) | 4切れ (1切れ50g程度) |
| 塩、コショウ | 各少々 |
| 赤パプリカ | 1/2個 |
| 黄パプリカ | 1/2個 |
| (A) | |
| ナンプラー | 大さじ1.5 |
| 酒 | 大さじ2 |
| スイートチリソース | 大さじ1.5 |
| パクチー | 適量 |

作り方

- 1 すずきは、塩をして10分程置く。その後、水気を切り、コショウをふる。赤パプリカと黄パプリカはくし形切りにする。
- 2 ココットダッチオーブンに(1)を入れ、(A)を入れて蓋をしてグリルに入れる。
- 3 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを10分に設定して点火する。消火後そのままグリルで5分余熱する。
- 4 最後に、パクチーを散らす。