

鯛の桜の葉包み蒸し焼き



調理時間

20分

カロリー

129kcal

材料

(4人分)

鯛（切り身）	4切れ
塩	少々
酒	少々
桜の葉の塩漬け	4枚
桜の花の塩漬け	4個
酒	大さじ4

作り方

- 1 鯛は塩と酒をふってしばらく置いておく。
- 2 桜の葉の塩漬け、桜の花の塩漬けはさっと洗う。
- 3 広げた桜の葉に(1)を挟み、ココットに並べる。
- 4 桜の花と酒も入れて、蓋をしてグリルに入れる。
- 5 「ココット」を選択し、タイマーを8分に設定して点火する。
- 6 器に鯛の桜蒸し焼きを盛り、ココットから取り出した桜の花を添える。