焼きサバと豆もやしのポン酢がけ

調理時間	15分
カロリー	598kcal

材料 (2～4人分)

塩サバ（切り身）	2枚
豆もやし	1袋
酒	大さじ1
(A)	
ポン酢	大さじ2
ごま油	小さじ1
小ねぎ	適量
一味唐辛子	適量

作り方

1. サバは食べやすい大きさにカット。皮目を上にしてココットに並べ、酒をかける。ふたをして「ココット・タイマー設定10分」にセットし、加熱する。
2. 豆もやしは塩茹でし、冷水にとって軽く汁けを絞る。
3. 器に(1)、(2)を盛り、(A)をかける。お好みで小口切りにした小ねぎ、一味唐辛子を散らす。

脂がのったサバを、ポン酢とショウガで爽やかに。豆もやしとの相性もバツグンです。