

## 焼き枝豆とブリの塩焼き



調理時間

15分

カロリー

627kcal

材料

(2人分)

ブリ	2切れ (200g)
酒	大さじ1
(A)	
塩	小さじ1
水	200ml
大根おろし	50g
すだち	1個
枝豆	60g

## 作り方

- 1 ブリの両面に酒、塩（分量外）をふりかけて15分ほどおく。枝豆はさっと洗って(A)に30分ほどつけておく。
- 2 ブリの水分をふき取り、ココットプレートに並べる。枝豆は水気を切って軽く塩少々（分量外）をまぶし、ブリに重ならないように置く。
- 3 フタをして「ココットプレート・タイマー設定8分」で加熱する。
- 4 取り出して器に盛り付け、大根おろしとすだちを添える。

《レシピ監修 野島ゆきえ》

脂がのったブリと枝豆と一緒に焼きました。大根おろしとすだちを添えて、さっぱりいただきます。枝豆の両端はキッチンばさみでカットしておく、見た目が美しくなります。