

◆ホイルで簡単！ちゃんちゃん焼き風◆



《材料・4人分》

- 生鮭……………4切れ
- キャベツ……………1/6玉
- もやし……………1/4袋
- しめじ…1/2パック
- コーン缶……………1/2缶
- (合わせ調味料)
- 味噌……………大さじ1
- しょうゆ……………大さじ1
- 酒……………大さじ2
- 砂糖……………大さじ1

- バター……………10g
- 塩……………少々

《作り方》

- ① 鮭は軽く塩をふっておく。
- ② キャベツはざく切り、しめじはほぐしておく。
- ③ 大きめに切ったアルミホイルの中央に、野菜をのせ、その上に鮭をおく。
- ④ しっかりと包み込み、合わせ調味料を全体にかけるように注ぐ。
- ⑤ ふたをするようにアルミホイルをかぶせ、オーブントースターで10分ほど焼く。
- ⑥ お好みでバターをのせる。