

電子レンジ

あさりの酒蒸し

調理時間：10分

カロリー：43kcal



〈材料〉（ 2人分）

あさり	250g
日本酒	大さじ2
しょうゆ	小さじ1
小口ねぎ	少々

〈作り方〉

- 1 あさりは砂抜きし、流水で洗う。
- 2 耐熱容器にあさりを入れ、日本酒・しょうゆを
ふりかける
- 3 電子レンジで6分加熱する。
- 4 器に盛り、ねぎを散らす。