
4/17 (水) アサリとアオサの酒蒸し (オイさん)

(材料)

アサリ：200g

アオサ：100g

酒(水)：500ml

塩：少々

- ① アサリとアオサを小鍋に入れて、上から酒をヒタヒタに注ぐ。
- ② フタをして弱火にかけて3分待つ。
- ③ フタを開いて塩少々を振る。

★主役はなんといっても煮汁！

ですが、お酒がニガテな方は水でどうぞ。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。