

切り身を使ってお手軽に♪

# 鮭のアクアパッツァ

30分

1人分あたり

292  
kcal

DELISH  
KITCHEN



切り身を使ってお手軽に♪

# 鮭のアクアパッツァ

30分

1人分あたり

292  
kcal



## 材料 (2人分)

生鮭[切り身]	2切れ(200g)
あさり(砂抜き済)	150g
ミニトマト	8個
にんにく	1かけ
オリーブオイル	大さじ2
白ワイン	50cc
水	150cc
塩	小さじ1/4
パセリ(刻み)	適量

- 1 鮭はキッチンペーパーで水気をふきとる。
- 2 にんにくはみじん切りにする。
- 3 スキレットにオリーブオイルを入れて熱し、皮目を下にして鮭を入れて、両面に焼き色がつくまで中火で焼く。
- 4 あさり、ミニトマト、にんにく、白ワイン、水を加えて煮立たせ、ふたをして弱火で5分煮る。塩を加えて味をととのえて、パセリをちらす。