

おつまみにぴったり♪

# ハマグリとねぎの ピリ辛酒蒸し

10分

1人分あたり

63  
kcal

DELISH  
KITCHEN



# おつまみにぴったり♪ ハマグリとねぎの ピリ辛酒蒸し

10分

1人分あたり  
63  
kcal



## 材 料 (2人分)

ハマグリ(砂抜き済み)	8個(200g)
ねぎ	1/2本
にんにく	1かけ
しょうが(薄切り)	2枚
唐辛子(輪切り)	小さじ1
酒	50cc

- 1 ねぎは斜め1cm幅に切る。にんにくは薄切りにし、芯を取り除く。
- 2 ハマグリは殻をこすり合わせるように洗い、水気を切る。
- 3 フライパンに全ての材料を入れてふたをし、中火でハマグリの口が開くまで5分程加熱する。

ご使用のハマグリによって塩分量が異なるため、加熱後に味を確認して塩味が足りない場合は、塩を適量加えてください。