

ouchi cafe 海の幸 × ペコシで
ワインに合う簡単おつまみの一品

Recipe

あさりのフラン

...洋風茶わんむし...



Fran clams
sakae's ouchi cafe



材料 (4人前)

160mlの耐熱器 4つ

- ・ベーコン ... 40g (9割ク切りしておく)
- ・玉ねぎ ... 1/2個 (スライスしておく)
- ・あさり ... 200g
- ・バター ... 10g
- ・白ワイン ... 140ml
- ・しめじ ... 50g (いづきはとりばうしておく)
- ・ブロッコリー ... 30g (下ゆでしておく)
- ・塩こしょう ... 少々
- ・さとう ... 小さじ1

- ① 全卵 ... 21個
- ・牛乳 ... 100ml



作り方

(準備) 耐熱の器と蒸し器用の鍋に
水を入れ、フタにはふきんを巻いておく
② まできたら火をかける

- ① フライパンにバターを入れベーコン玉ねぎを炒め焼き色がついてきたらあさりを加え強火で本気でまぜながら白ワインを加える。
- ② アルコールがとんできたら中火にしフライパンにフタをあかりが開いたらあさりだけ取り出ししめじを加え火が入ったらボールに移して蒸熱を止しておく
- ③ ボールに①と②の汁だけを加えよまぜる
- ④ 耐熱の器に②の具材とあさりの身を加え③を上から2~3cm下の所までそいで、むらしていた蒸し器に入れ、弱火で1分~2分、その後弱めの中火で8分、火を止めて1分ふらし完成。

