

かきを使ったおかずの一例

Recipe: かきのアヒージョ



Ahijo of oyster
saka's ouchi cafe

材料 (15cmの耐熱金鍋×1台)

- ・かき(生食用) ... 150g
- ①
 - ・にんにく ... 2片(包丁の背で軽くつぶす)
 - ・たかのつめ ... 1本(輪切でもそのままでもお好みで)
- ・オリーブ油 ... 250ml
- ②
 - ・しいたけ ... 31個
 - ・レモン ... 3/4個
 - ・タイム ... 1~2本
 - ・ローリエ ... 1枚
 - ・塩こしょう ... 少々



作り方

- ① かきを水で洗って水気をとり軽く塩こしょうしておく
- ② 金鍋に①を入れ弱火で火を通しにんにくの香りがたってきたら①のかきと②を加え10分程煮て食材に火が通ったら塩こしょうで味を整え完成

- ・煮ている途中でアクが出てくるのでその時は取り除いて下さい。
- ・レモンはなるべく防腐剤や農薬なしの国産のものをおススメします。
- ・オイルの中にレモン汁だけ入れる時は海外のものでも市販のレモン汁でもOKです。

食べ終わったオイルで
具を加えてパスタと和えれば
パスタソースとしても活用できますよ

