

食材のおいしさを活かしたレシピ



レシピのポイント

しょうゆバターがとろっとからんで、食べ応え抜群

適温調理

サポート

材料（4人分）

生ざけ（1切れ約100g）2切れ

④下味

A キッコーマン いつでも新鮮 味わいリッチ 減塩 小さじ1 しょうゆ	
酒	小さじ1

薄力粉	大さじ1
エリンギ（大きめにさく）	100g
まいたけ（大きめにさく）	100g
オリーブ油	大さじ1/2
ベビーリーフ	20g

⑥合わせ調味料

B キッコーマン いつでも新鮮 味わいリッチ 大さじ1 1/2 減塩しょうゆ	
みりん	大さじ1/2
バター	大さじ1/2

このレシピに使われている商品

[キッコーマン いつでも新鮮 味わいリッチ 減塩しょうゆ](#)

作り方

1. 下準備

- ・①生ざけは④の下味に漬けて10分置き、水気を取って、薄力粉をまぶす。

2. 前工程

- ・フライパンをIHヒーターの中央に置く。
- ・オリーブ油を入れる。
- ・アプリから「**レシピ送信**」ボタンを押し、表示部に「**062**」を表示させる。
- ・「**スタート**」ボタンを押す。
- ・音声の流れ表示部に「**適温**」が表示されたら、皮側を下に①とエリンギとまいたけを入れる。

3. 工程1

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・①ときのご類を焼いていく。



- ・目安時間になり、さけに焼き色が付いたら、裏返し、ふたをする。

4. 工程2

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・さけの裏面を焼いていく。



- ・目安時間になり、さけに火が通ったら、⑥の合わせ調味料を加える。

5. 工程3

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・さけを裏返ししながら、全体を焼きからめる。



- ・目安時間になったら、「**切**」ボタンを押す。

6. 仕上げ

- ・器に盛りつけ、ベビーリーフを添える。