

三鷹市 × チリ共和国

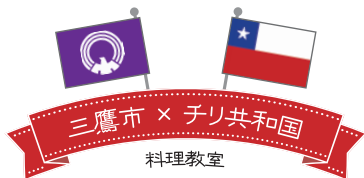
料理教室



オスチネス・ア・ラ・パルメサナ (帆立のチーズオーブン焼き)



三鷹市ホストタウン交流事業
—チリの冬の家庭料理教室—
(令和3年1月23日)



オスチネス・ア・ラ・パルメサナ (帆立のチーズオーブン焼き)



【材料/ 1人前】

- 帆立(貝柱)…………… 70g
- パルメザンチーズ…………… 15g
- バター…………… 25g
- 塩…………… 適量
- 胡椒…………… 適量
- 白ワイン…………… 6g
- レモン…………… 1個

【作り方】

1. 帆立(貝柱)を薄切りにする。
2. 耐熱皿(グラタン皿等)に1.の帆立を並べる。
白ワインを振りかけて、バター、パルメザンチーズ、塩、胡椒を振る。
3. オーブンレンジで焼きあげる。(250度で15分)
レモンのくし切りを添えて、お好みで絞る。
※トースターの場合は表面をしっかりと焼き、その後アルミホイルをかぶせて5分程、帆立に火を通す。