

とっておきレシピ

kewpie



### レシピのポイント

ほたてから出るうまみが、野菜やドレッシングとからんでよく合います。

適温調理

サポート

### 材料（2人分）

ほたて（厚さ半分に切る）	4個（100g）
ほうれん草（食べやすい長さに切る）	1/2束（120g）
ぶなしめじ（小房に分ける）	1/2パック（51g）
サラダ油	適量
キューピーテイステイドレッシング 黒酢たまねぎ	大さじ2

### このレシピに使われている商品



[キューピーテイステイドレッシング 黒酢たまねぎ](#)

### 作り方

#### 1. 前工程

- ・フライパンをIHヒーターの中央に置く。
- ・サラダ油を入れる
- ・アプリから「**レシピ送信**」ボタンを押し、表示部に「**035**」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、ほたてを入れる。

#### 2. 工程1

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・ほたてを炒める。



- ・目安時間になり、火が通ったら、ほうれん草としめじを加える。

#### 3. 工程2

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・ほうれん草としめじがしんなりするまで炒める。
- ・ドレッシングを加えてさっと炒める。



- ・目安時間になったら、「**切**」ボタンを押す。