

とっておきレシピ

kewpie



レシピのポイント

いつものぶりの照り焼きを黒酢たまねぎドレッシングで味付けしました。玉ねぎの甘味と黒酢の香りをいかした味わいがよく合います。

適温調理

サポート

材料（2人分）

ぶり（厚さ約2cmのもの）	2切れ（160g）
青じそ	2枚
塩・こしょう	少々
薄力粉	適量
サラダ油	適量
キューピー テイスティドレッシング 黒酢たまねぎ	大さじ4

このレシピに使われている商品



[キューピー テイスティドレッシング 黒酢たまねぎ](#)

作り方

1. 下準備

- ① ぶりは塩・こしょうし、薄力粉をふる。

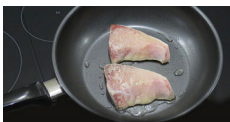


2. 前工程

- ・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「**042**」を表示させる。
- ・「**スタート**」ボタンを押し。
- ・音声の流れ表示部に「**適温**」が表示されたら、①を入れる。

3. 工程1

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・ぶりの表面を焼いていく。



- ・目安時間になり、焼き色がついたら裏返す。

4. 工程2

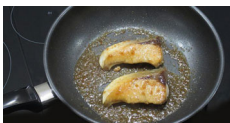
- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・ぶりの裏面を焼いていく。



- ・目安時間になり、焼き色がつき火が通ったら、ドレッシングを加える。

5. 工程3

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・ドレッシングを煮からめる。



- ・目安時間になったら、「**切**」ボタンを押し。

6. 仕上げ

- ・器に青じそを敷き、盛りつける。