

# サーモンのムニエル きのごバターしょうゆソース



## 作りかた

- 生ざけは水けをふき取り、合わせたAに10分程度つけて下味をつける。
- 合わせたBときのごを大きくて深めの耐熱ボウルに入れ、かるくラップしレンジ [600W] [約9分] で加熱し、よく混ぜる。
- ①の汁けをふき取ってから、全体に小麦粉をふり、余分な小麦粉をはたいて落とす。
- ③にオリーブ油を全体にふりかけ、焼網に皮を上にして、**サーモンのムニエル きのごバターしょうゆソースのコツ**を参照して並べる。
- ④をテーブルプレートに置き **251 サーモンのムニエルきのごバターしょうゆソース** で加熱する。
- 加熱後、皿に盛り②のソースをかけ、きのごを添える。

### 加熱の目安

加熱：約22分

1回に作れる分量

1~4人分

### 使用付属品



焼網  
テーブルプレート

### カロリー

230kcal

### 塩分

1.6g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。

材料	1人分	2人分	3人分	4人分
生ざけ(1切れ約100gの物)	1切れ	2切れ	3切れ	4切れ
A キッコーマンいつでも新鮮味わいリッチ減塩しょうゆ	小さじ1/2	小さじ1	小さじ1・1/2	小さじ2
A 酒	小さじ1/2	小さじ1	小さじ1・1/2	小さじ2
エリンギ(大きめにさく)	50g	100g	150g	200g
まいたけ(大きめにさく)	50g	100g	150g	200g
B キッコーマンいつでも新鮮味わいリッチ減塩しょうゆ	大さじ3/4	大さじ1・1/2	大さじ2・1/4	大さじ3
B みりん	大さじ1/4	大さじ1/2	大さじ3/4	大さじ1
B バター	大さじ1/8	大さじ1/4	大さじ1/3	大さじ1/2
薄力粉	大さじ1/2	大さじ1	大さじ1・1/2	大さじ2
オリーブ油	大さじ1/4	大さじ1/2	大さじ3/4	大さじ1

### サーモンのムニエルきのごバターしょうゆソースのコツ

#### 並べ方は



#### 分量と作り方②加熱時間

分量	加熱時間
1人分	約50秒
2人分	約1分30秒
3人分	約2分

### 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