

いいみょうがの日レシピコンテスト ファイナリスト

みょうがと小海老のアヒージョ

大阪府 ちゃんごんさん考案



レシピについてのコメント

ミョウガは火を入れると面白い食感で、更にオイル調理なので香りが引き立ちます。

材料 (4人分)

- * みょうが 6コ
- * 小エビ 8尾
- * にんにく 2かけ
- *
- * みょうがは縦半分に切り、小海老は軽くボイルします。
- * ココットの中に小海老・みょうが・潰したにんにくを入れ、エクストラバージンオリーブオイル・塩・ブラックペッパーで味を整えます(小海老からも塩分が出るので塩は控えめに)
- * オーブンで10分(トースターでも可。時間は調整が必要)加熱し、香りが立てば出来上がり。
- * バケットはお好みで