

しいたけの鴨はさみ焼き

合計加熱調理時間 約 10分

[1人分：176kcal/ 食塩相当量：0.6g]

シンプルな素材の組み合わせが、おいしさのハーモニーを醸し出します。



材料（7人分）

鴨肉：ロース	200g
酒A	少々
塩A	1g
生しいたけ：大（石づきを取る）	14枚
酒B	大さじ1
塩B	小さじ1/2
オリーブオイル	60cc
すだち	適量
ゆずこしょう	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

7人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	40%	5分	200℃
2	コンビ	40%	5分	200℃

下ごしらえ

- ・鴨肉は酒A、塩Aを振る。
- ・生しいたけは縦半分になり、酒（分量外）を振る。

作り方

1. 20mmのホテルパン1枚に鴨肉をのせて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、キッチンペーパーで余分な水気を取り、幅7mmの薄切りにする。
3. 2を生しいたけで挟んで爪楊枝で留め、酒B、塩Bをかけ、オリーブオイルを表面に塗る。
4. 20mmのホテルパン1枚にオープンシートを敷き、3を並べて【設定2】で予熱後、加熱する。
5. 加熱完了後、4のホテルパンを取り出し、器に盛り付けてすだち、ゆずこしょうを添える。

- 調理ポイント**
- ◆鴨肉はフォークなどでたたくと、柔らかくなって食べやすくなる。
 - ◆下ごしらえで酒を振る際、霧吹きに入れてかけると最少量でまんべんなく下味がつく。
 - ◆鴨肉の表面をあらかじめ加熱することで、しいたけとの焼き時間を調節することができる。
 - ◆生しいたけの表面にオリーブオイルを塗ることで、表面の乾燥を防いでさらに美味しくなる。