うまいルレシピ



うまみがたっぷり
椎茸のエビ詰め焼き

ふっくら椎茸と、ぷりぷりのエビを蒸し焼きにしました。簡単に作れて、椎茸の飾り切りが華やかなのでおせち料理にピッタリ！お酒にもよく合います！











材料　椎茸6個分

- 椎茸：6個
- エビ：80ｇは軽くたたく
- エビ：6尾は背側を開く（飾り用）
- 卵白：1個分
- 片栗粉：大さじ1
- 酒：小さじ1
- 塩：小さじ1
- 片栗粉：適量（椎茸に振るう用）
- 酒：大さじ1（蒸し焼き用）

1. 椎茸の笠と軸を切り離す。笠の部分に、包丁を寝かせるようにして斜めに切り込みを入れ、逆方向からも切り込みを入れ切り抜く。米印になるよう3箇所切り取る。
2. 椎茸の軸と飾り切りで切り取った部分をみじん切りにし、笠は内側に片栗粉を薄くまぶす。
3. エビは、殻と背ワタを取る。エビ：80ｇは軽くたたく。エビ（飾り用）：6尾は背側を開く。
4. ボウルに卵白、片栗粉、酒、塩を入れ、椎茸のみじん切り、軽くたたいたエビ（80g）と混ぜ合わせて練る。
5. 片栗粉をまぶした椎茸の笠に４.を詰め、外側にも薄く片栗粉をまぶす。飾り用のエビ6尾をのせて取れないように押し付ける。
6. フライパンにオリーブオイルを熱し、椎茸の笠の部分を下に並べて焼く。焼き色がついたら酒大さじ１を入れ蓋をして、弱火で7分蒸し焼きにする。

JA山口県