

オイスター チャウダー

材料 4人分

・加熱用カキ 8粒
・玉ねぎ 大1/2個
・エリンギ 1本、かぶ 1個
・にんにく 1/4片、小麦粉 小さじ1
・サラダ油 適量
・酒 1/4カップ
・水 1/4カップ

みそ 小さじ2
牛乳 1カップ
しょうゆ 小さじ1/4
塩 > 各少々
こしょう

作り方

1. カキは、汚れを洗い水気を拭き取って塩、こしょうをして小麦粉(分量外)をまぶす。玉ねぎは、くし形に、エリンギは、一口大に厚めに皮をむいた。かぶは8等分に切る。
2. 鍋にサラダ油とつぶしにんにくを熱し、香りが出たらカキを入れ両面をさっと焼く。
3. カキとにんにくを取り出し、同じ鍋に油と少々を足して野菜を炒める。かぶが透き通ってきたら、小麦粉をふり入れ粉っぽさがなくなるまで炒める。
4. 酒を注ぎ、ふとうさせ、さらに水を加えてみそを溶き入れ、弱火にして軽く煮る。
5. かぶがやわらかくなったたら温めた牛乳を加え、カキを戻して3~4分煮込む。仕上げに、しょうゆを加えて味をととのえる。

濃厚な牡蠣に
味噌を合わせて
深みのある
旨さに!!