

# カキのバターソテー

## 材 料 (4人分)

- カキ ……………400g (A)
  - 片栗粉 ……………適量
  - バター ……………適量
- 生姜(おろし) ……2片分
  - ニンニク(おろし)  
……………4片分
  - オイスターソース・醤油  
……………各大さじ3
  - みりん・酒 ……各大さじ4

## 作 り 方

- ① カキは塩水で洗い、水気をふき取り片栗粉をつける。
- ② ボウルに(A)を混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンにバターを熱し、①のカキを焼く。
- ④ ③のカキに火が通ったら②のソースを加え強火で煮詰め、お皿に盛りつける。

## プロが教える魚情報!

海のミルクと言われるカキを貝からむいて、きれいに洗っても、ひだの中に隠れた汚れや貝殻クズなどが残ってしまうことがあります。そんなときには大根おろしを使いましょう。大根おろしでカキを揉むようにかき混ぜてから水洗いすれば汚れを落とすことができます。

作成:松山市

協力:愛媛調理製菓専門学校

松山市中央卸売市場水産市場運営協議会