

新しい食べ方発見!

ピリ辛わかさぎ



ピリ辛わかさぎのカナッペ



※写真はイメージです。

材料 (4人分)

- ・ピリ辛わかさぎ…………… 1 パック
- ・黄パプリカ…………… 30g
- ・赤パプリカ…………… 30g
- ・ピーマン…………… 10g
- ・玉ねぎ…………… 40g
- ・食パン (8枚切) …… 4枚
- ・酢…………… 大さじ1強
- ・油…………… 適量

作り方

- 1 野菜は薄切りにする。(パプリカ、ピーマンはわかさぎの大きさに合わせると良い)
- 2 食パンを1/4にカットする。
- 3 フライパンに油を熱し、2のパンをこんがり焼き、皿に取っておく。
- 4 フライパンに油を足し、野菜を炒め、ピリ辛わかさぎと酢を加えて加熱する。
- 5 3のパンに4を盛り付ける。



お酢を加えるだけで、さっぱりとして食べやすい南蛮漬け風になります!