

# ホタテとなすのミルフィーユ風

【202kcal/1人当り】

調理時間  
10分



甘酸っぱいバルサミコソースと、ホタテの旨みがよく合います。バルサミコソースは、**白身魚のムニエル**にかけてもおいしいです。

東信水産お魚かんたんレシピ

## 材料 (2人分)



ホタテ(刺身)……………12個  
なす……………1本  
バジル……………適宜  
オリーブ油……………大さじ1  
塩……………適宜

A [バルサミコ酢……………大さじ2  
砂糖……………小さじ1]

## 作り方

1. なすは7mm厚さに12枚切る。フライパンに油を熱してなすを並べ、両面を焼く。バットに取り出し、全体に塩をふる。
2. Aを小鍋に入れ、軽く煮詰める。
3. 皿になすとホタテを交互に並べ、Aのソースをかける。バジルを添える。



## ホタテとなすのミルフィーユ風

東信水産のHPでもご覧いただけます。  
<http://www.toshin.co.jp/>

料理 渡部 和泉

