



## ハッピーレシピ辞典

春  
はる

「生活良好誌 2003年4月号より」

## あさりのオーブン焼き・・・あさりを使っておかずプラスワン



- 1 オリーブオイルでにんにく、玉ねぎのみじん切りを炒め、小房に分けたしめじとアサリを加えて白ワインをふり、フタをして蒸し煮します。
- 2 アサリの口が開いたら汁ごとグラタン皿に移し、半分に切ったミニトマトとたらこの輪切りを散らしのせ、オーブントースターで6～7分焼きます。
- 3 パセリのみじん切りをふり、トーストしたフランスパンを添えていただきます。

## 材料(4人分)

アサリ(殻付き)	400g
にんにく	1粒
玉ねぎ	1/2コ
しめじ	1パック
オリーブオイル	大さじ1と1/2
白ワイン	大さじ2
ミニトマト	8コ
たらこ	1/2腹
パセリのみじん切り	少々
フランスパンの薄切り	8枚