

アレンジ石狩鍋スープ『石狩シャケナベイバー』を使ったアレンジレシピ⑦

# ☆鮭のちゃんちゃん焼き☆ (紙包み焼き)



## <材料 (1人前)>

- |            |     |       |    |
|------------|-----|-------|----|
| ・鍋スープ (原液) | 15g | 砂糖    | 2g |
| ・鮭の切り身     | 50g | 無塩バター | 3g |
| ・キャベツ      | 40g |       |    |
| ・玉ねぎ       | 30g |       |    |
| ・えのき       | 10g |       |    |
| ・しめじ       | 10g |       |    |
| ・アスパラ      | 10g |       |    |

## <作り方>

- ①キャベツを3cm角にカットし、アスパラも3cmに、玉ねぎも同じサイズにカットします。
- ②えのき、しめじは軸を取り、手でばらします。
- ③鍋スープと砂糖を混ぜ合わせます。
- ④クッキングシートを40cm×30cmに切り、そこにカットした野菜、鮭、③のたれ、バターの順に置いたら、それをキャンディー包みにし、電子レンジ(500W)で5分加熱して完成です。

## <調理のポイント>

キャンディー包みにする際はしっかり両橋をきつくねじることで、蒸気が漏れず中の食材をしっかり加熱できます。

## <備考>

野菜は好みのもので大丈夫です

◆アレンジ石狩鍋スープ『石狩シャケナベイバー』は以下のサイトからお買い求め頂けます！



↑ 商品写真

【BASE】 <https://shcpishikari.base.shop/>

【minne】 <https://minne.com/items/38664997>



↑ 調理写真



↑ BASE



↑ minne

一般社団法人石狩シェアハビシティ計画  
シェアハビシティ計画 Mail : info@ishikarishc.com



【レシピ開発協力】

北海道三笠高校調理部

◆本レシピは「北海道遺産 WAON 助成金」のご支援により開発いたしました。