

アスパラガスのアヒージョ

アスパラガスのレシピ



材料(4人分)

アスパラガス …… 5～6本
ホタテ …… 7～8個
オリーブオイル …… 150mL
ニンニク …… 3片
トウガラシ …… 2～3本
塩・こしょう …… 適量

作り方

- ① 鍋にオリーブオイルを入れて、みじん切りにしたニンニクとトウガラシを入れて熱する。
- ② (1)の香りが出たら、食べやすい大きさに切ったアスパラガスとホタテを加える。
- ③ 弱火で5分くらい煮る。
- ④ 塩・こしょうをして味を調える。

ポイント

具材は大きめに切ると食感を楽しめます。

ワインのお供に