

## ♪今日のおすすめレシピ \*かじきの和風ムニエル\*

### ○材料(4枚分)

- かじき…4枚
- 酒…小さじ1
- 塩、こしょう…少々
- 小麦粉…大さじ2
- サラダ油…大さじ1
- バター…10g
- 醤油…大さじ1

### ○作り方

1. かじきに酒、塩、こしょうを振り掛ける
2. 小麦粉をまぶし、サラダ油を敷いたフライパンで焼き皿に盛る
3. フライパンでバターを溶かし醤油を合わせる
4. かじきに③をはけ等で塗る