

サーモンのムニエル



簡単調理!

【 材料 】 … 2人前

- | | |
|-----------------------------------|-----------|
| <input type="checkbox"/> 銀鮭 | 2切 |
| <input type="checkbox"/> バター | 大さじ1 |
| <input type="checkbox"/> 小麦粉 | 1/4 (50g) |
| <input type="checkbox"/> しょうゆ | 大さじ1 |
| <input type="checkbox"/> ブラックペッパー | 適量 |
| <input type="checkbox"/> レモン | 適量 |

雪印
コクと香りの北
海道バター
がオススメ!



【 調理手順 】 … 5分

- ① 銀鮭に表裏ともまんべんなく小麦粉をまぶす。
- ② フライパンにバターを熱し、鮭を投入。弱火～中火で表裏ともこんがりと焼く。
- ③ 中まで火が通ったら、火を止めてしょうゆを回しかける。
- ④ お皿に盛って、好みでブラックペッパーをふり、レモンを絞る。