

【⑩山梨夏っこきのこ☆クロアワビタケトマトチーズ焼きレシピ】

食卓に笑顔をお届け！

野菜ソムリエ認定料理教室主宰の

エッセンスの大久保 掬恵(きくえ)です！

今日もエッセンスブログにお越しくださって
ありがとうございます。



クロアワビタケとトマト🍅と
塩昆布のチーズ焼き

トマト、昆布、チーズの旨味の
グルタミン酸、
きのこ類のグアニル酸

旨味の相乗効果で
旨味の宝石箱や～！
(彦摩呂さん風に言ってみた(笑))

《材料18cmプレート1枚分》

- ・クロアワビタケ大き目4.5枚
- ・ミニトマト5個(半割)
- ・塩昆布二つまみ
- ・溶けるチーズ二握り

《作り方》

- ①耐熱プレートに
大きめクロアワビタケをそのまま並べ
隙間にトマト上から
塩昆布、最後に溶けるチーズのせる
※塩昆布とチーズの塩味と素材の旨味で
味付け不要

