

和風マフィン

～しらすと大葉のチーズのせ～



【材料】 (4人分)

イングリッシュマフィン	4個
オリーブオイル	適量
海苔佃煮(市販)	適量
しらす	1パック
大葉	1袋
溶けるチーズ	適量

海苔佃煮は薄めに!
多いと辛くなるので注意

【下準備】

- ① 大葉はみじん切りにする。(一部飾り用に残しておく)
- ② イングリッシュマフィンを半分の厚さに切り、切り目にオリーブオイルを塗り、さらに海苔佃煮を薄く塗る。

【作り方】

1. ②のイングリッシュマフィンの上にしらすと大葉をのせ、その上に溶けるチーズをのせる。
2. オーブントースターで、チーズが溶けるまで焼く。
3. 4. の上に飾り用の大葉を散らしてできあがり。



しらすの保存法

- ・しらすは、開封する前なら、パックのまま冷凍できます。(袋に入っている場合は平らにして空気を抜いてから冷凍します)
- ・開封後は、適量をラップで小分けにして冷凍するとよいでしょう。
- ・使用する際は、冷蔵庫や冷水で解凍するか、凍ったまま加熱調理するとよいでしょう。