

こころを満たす、おいしい時間へ。

IT'S APERRO TIME



セミドライきのこの香りサラダ

材料

- | | |
|-----------------|-----|
| •お好きなきのこ 2~3 種類 | 適量 |
| •塩 | 適量 |
| •オリーブオイル | 適量 |
| •イタリアンパセリ | お好み |

STEP ① お好きなきのこを適当なサイズに手で裂いてオープン皿にのせる

STEP ② ①に塩を全体にまぶして 200°C のオーブンレンジで 20 分~30 分焼く

STEP ③ 焼きあがったらボールでオリーブオイルを混ぜ、塩で味を整えたら、お皿に盛り付けお好みでパセリをかけて完成

こころを満たす、おいしい時間へ。

IT'S APERRO TIME



サンマのオリーブオイル漬け

材料

•サンマ	2~3尾 適量	•ローズマリー	1本
•塩	適量	•オリーブオイル	適量
•ニンニク	1片	•唐辛子輪切	適量

STEP① サンマに塩を振り、魚焼きグリルで焼き上げる

STEP② ①とスライスしたニンニク、唐辛子、ローズマリーを保存容器に入れてオリーブオイルで漬ける
※容器に応じてサンマはカットしてもOK

STEP③ 冷蔵庫で半日以上漬ければ完成