

石窯でのおすすめレシピ

recipe

えびの塩釜

■材料 2～3人分■

車えび・・・5, 6尾

卵白・・・3個分

塩・・・500～600g

タイム・・・適宜



①卵白と塩を混ぜる



②耐熱皿に①の半分を敷き、その上にえびを並べてタイムを置く



③えびの上に残りの①を載せて覆ってしまう



④石窯に入れて焼く
250℃で20分くらい



⑤塩釜を開けると香ばしいえびの香りが広がる
塩を取り除いて召し上がれ

- memo -

！ Point

- ・車えびでなくてもOK！ 鯛を使えばさらに豪華に！！
- ・できればタイムはフレッシュハーブで・・・

製造元 **テック堂** (株式会社マリーンテック)

商品詳細・レシピ等も公開中！

<http://www.techdo.jp>