

# 秋鮭ときのこのソテー

## 材料（4人分）

生秋鮭 4切れ  
お好きなきのこ 200g～300g  
小麦粉適量  
オリーブオイル 大さじ 2  
塩、コショウ少々  
バター 20g  
酒 大さじ 2  
醤油 大さじ 1～2



## 作り方

1



きのこは石づきを切って洗い、食べやすい大きさに切る、又はほぐします。

2



生秋鮭の切り身に塩、コショウをします。ウロコがある場合は取り除いてください。

3



余分な小麦粉ははたき薄っすらと付くくらいが良いです。

4



オリーブオイルをひいたフライパンに皮目を下にして中火で焼いていきます。

5



皮目がこんがりと焼けたら裏返します。

6



裏返した鮭の上にきのこ、酒、バターを入れます。

7



中火のまま蓋をして蒸し焼きします。

8



きのこがしんなりしたら、醤油をいれます。

全体に醤油が馴染むように混ぜ合わせて、出来上がり

