

パプリカとしめじの焼き浸し

パプリカは、焼くことでフルーティな甘みがアップします。
前の晩に作り、冷やしておけば朝食もさらに充実します。



材 料 2人分

パプリカ赤 1/2個 めんつゆ（市販・希釈後） 約50cc
パプリカ黄 1/2個
しめじ 1/2パック

作り方

- ① パプリカは、ワタと種を除き食べやすい大きさに切る。
- ② しめじは石突を取り除く。
- ③ グリルあるいはオーブントースターに並べ焼き目をつける。しめじは、水分が多いのでアルミホイルの上に置いて焼く。（しめじはすぐにしんなりするため早めに取り出す。）
- ④ ボウルに希釈しためんつゆを入れ焼きあがったパプリカとしめじを浸ける。粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やしていただく。