



おせち (栗海老のうま煮)

材料 5尾分

有頭海老	5尾 (150g)
塩	適量

【A】水	100ml
【A】酒	大さじ1
【A】みりん	大さじ1
【A】しょう油	大さじ1

作り方

- 1 海老はヒゲを切りそろえ、背ワタを取り除く。
塩をふって5分程おき、ザルに入れて熱湯をかける。
- 2 器に①の海老と【A】を入れてフタをする。
電子レンジ (500W) で5分加熱して2分蒸らす。
安全目視フロートが下がっていることを確認し、フタを開ける。
- 3 海老の上下を返して、フタをしないで
電子レンジ (500W) で2~3分加熱する。
別の容器に移して冷まし、冷めたらお重に盛る。