



Ostrche sotto olio

牡蠣のオイル漬け



【材料】(牡蠣 10 個目安)

| | |
|--------------|--------|
| 殻付き牡蠣 (中サイズ) | 10 個程度 |
| ※ガルム | 大さじ 1 |
| にんにく | 1 片 |
| 赤唐辛子 | 1 本 |
| ※アサクラ EVO | 適宜 |

※印はアサクラアイテム

YouTube/アサクラ CHANNEL VOL.93 ライブクッキングより

【作り方】

※蒸し牡蠣の作り方はアサクラ CHANNELVOL41 参照

- 1) 蒸した殻付き牡蠣は貝柱をナイフでカットし殻から外す
- 2) 殻に残った牡蠣から出たエキスはボウルに別にしておく (他の料理に利用する)
- 3) (くっつかないタイプの) フライパンに EVO を少々入れ牡蠣を入れソテーする
- 4) 両面さっとソテーできたらガルムを加え強火にして素早く炒りつけ汁気を牡蠣に煮含ませる
- 5) 汁気がなくなったらバットに移し冷ます
- 6) 清潔な蓋つきガラス瓶を用意し冷めた牡蠣を詰める
- 7) 半分にカットしたにんにくと種を取り除いた赤唐辛子もいれ上から EVO を注ぐ
- 8) 牡蠣がオイルで満たされるよう上部までオイルを注ぐ
2 日目から食べられる。冷蔵庫で 10 日を目安に食べきる

※6) まで作り皿に盛り上から EVO をかけて即食べてもおいしい