

海鮮 BBQ セット 調理例



- ・ サザエ ①解凍したサザエを火にかけます。
[ボイル済み] ②2~3分後、醤油（お好みで日本酒、みりん等）を入れます。
③あわがブクブクしてきてから、2~3分で出来上がり♪



- ・ 伊勢海老 ①解凍した伊勢海老を丸ごと熱くなった網の上ののせます。
②火が通り始めると鮮やかな赤色になり香ばしい香りがしてきます。
③身とミソを一緒にお召し上がりください♪



- ・ コウイカ 解凍したコウイカをお好みの大きさに切り、そのまま焼くだけでOK!
[内臓除去済]（醤油を塗って焼いてもよし、マネズと七味で食べてもよし。）
※焼きそばなどに入れて炒めても絶品です※



- ・ タラギ貝柱 ・ 解凍した貝柱をスライスし、軽く塩を振り、シンプルに塩焼き。
・ バターと塩コショウでホイル焼きにしても美味しいです♪



- ・ 平目フィレ ・ 解凍したフィレに塩コショウをし、アルミホイルにオリーブオイルとバターを入れて包んで焼きます。
（お好みでニンニクやキノコなども一緒にどうぞ！）
※シンプルに塩焼きでも素材の味を堪能できます♪

※全て冷凍商品のため、解凍してから調理してください。