

QUEEN'S RECIPE from Instagram



アンチョビのワセと
バターのコクが
キャベツの旨味を引き立たせる!

キャベツの アンチョビバターソテー

材料 (2人分)

キャベツ	1/2玉	アンチョビペースト	大さじ3
にんにく	1片 (みじん切り)	オリーブオイル	大さじ2
レモン	1/4個	A 塩	少々
パセリ	適量 (みじん切り)	こしょう	少々
バター	10g		

作り方 (調理時間: 約10分)

- 1 キャベツは芯を切り落とさずにくし切りにする。
- 2 Aを混ぜ合わせ、キャベツの切り口に塗る。
- 3 フライパンにバターとみじん切りしたにんにくを入れて弱火にかけ、香りがたったらキャベツを入れて両面じっくり焼く。
- 4 キャベツに焼き色がついたら皿に盛り、レモン汁を添え、パセリを散らす。



〈レシピ使用商品〉
ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD
エクストラバージンオリーブオイル