

# 秋のとやまエコ・レシピ PART 1

砺波産シイタケとねぎたん、ホタテ貝のオープン焼き  
半熟卵とクルトン添え

調理時間  
25分



## 材料 4人分

- ホタテ貝(殻つき) …… 4個
- シイタケ(砺波産) …… 4個
- ねぎたん(白ネギ) …… 1/2本
- トマト ……………… 1個
- 塩コショウ …………… 適量
- 白ワイン ……………… 大さじ6
- オリーブオイル …… 適量
- フランスパン ………… 2枚  
(トースト1/2枚)
- 卵 ……………… 2個
- イタリアンパセリ …… 適量

## 下準備

- ・ホタテ貝は殻を開き、わたを取り除く。
- ・シイタケとねぎたんはそれぞれ厚めにスライスする。
- ・トマトは皮ごと1~1.5cmの角切りにする。

## 作り方

- 1 ホタテ貝の殻を皿にし、ホタテに塩コショウする。その上にシイタケ、ねぎたん、トマトをちらし、白ワイン、オリーブオイルをかける。
- 2 スライスしたフランスパン、濡らしたキッチンペーパーとアルミホイルで包んだ卵と1をグリルに入れ、6~7分高温で蒸し焼きにする。
- 3 焼き上がったフランスパンをカットしクルトンに仕上げ、ホタテにクルトン、半熟卵、オリーブオイルをかけ、イタリアンパセリを添えて出来上がり。

## Eco Point



- ★旬の富山県産野菜を使用。
- ★シイタケ、ねぎたんは根元ギリギリまで無駄なく使用し、生ごみを削減。
- ★ホタテ貝の殻を器として使用することで洗い物を減らし、水を節約。
- ★すべての食材をグリルで同時調理することで時間とエネルギーを節約。

## 今回のナビゲーター/勢堂 正造さん

オークスカナルパークホテル富山の洋食チーフ。  
(社)全日本司厨士協会富山県本部理事として県産食材の普及、若手料理人の育成などを通して食育活動に取り組んでいる。

