

うどとハマグリのお焼

春の宵 一献のお供に…

材料(4人分)

ハマグリ(大きめのもの)	8個
うど	8本
マヨネーズ	大さじ4~5
練り辛子	小さじ1
しょうゆ	大さじ1

- ① ハマグリは砂出しをしてよく洗い、鍋に入れてひたひたの水を加え中火にかけて貝の口が開いたら火を止めます。
- ② うどは皮をむき俵^ツ長さに8個に切ります。
- ③ ①のハマグリは身は殻からはずし、かるく水気をふき取って殻に戻します。殻のもう一方には②のうどをのせます。
- ④ 練り辛子としょうゆを混ぜ合わせ、マヨネーズを入れてさらに混ぜます。これを③の貝とうどの上にかけてオーブントースターまたはガステーブルの肴焼きグリルで3分焼きます。
- ⑤ こんがり焼けたらうどの穂先のみじん切りを散らし盛り付けます。
 - ※ ガステーブルの魚焼きグリルを使う場合、南部鉄器の焼き焼きグリルを使うと便利です。
 - ※ 辛子やしょうゆの量はお好みで増減してください。
 - ※ 粒マスタードをつかってもおいしくできます。
 - ※ 旨みたっぷりのハマグリのおで汁はお吸い物やみそ汁につかってください。

