

食材2つだけ!

サバ缶

×

新じゃが



調理時間

20分

節約もかなうホームメニュー

サバ缶と新じゃがのアヒージョ

材料 (2人分)

サバ缶詰(水煮) .. 1缶(200g)

新じゃが .. 3個

にんにく .. 1片

塩 .. 小さじ1/2

オリーブオイル .. 適量

1 材料を切る

新じゃがは皮付きのままひと口大に切り、水に5分さらす。にんにくは包丁でつぶす。

2 煮る

小さめのフライパンに水気を切ったサバ、新じゃが、にんにく、塩を入れ、具材がかぶる程度のオリーブオイルを入れて弱火で15分煮る。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索