

＼ Let's cook! ／

料理名

作った写真を
はり付けてみよう



コメント

材料：4人分

- ドリームフィッシュ：4切れ
- レインボーガゼル：4切れ
- ルミノワンダー：2杯
- 野菜（ズッキーニ、赤ピーマン、黄ピーマン）：各1個
- オリーブオイル：大さじ4
- レモン：2個
- 塩、黒胡椒：各適宜

作り方

1. 幻の魚を適当な大きさに切る。
2. 野菜をスライスし、魚とともに塩、黒胡椒で味付けする。
3. オリーブオイルを熱したグリルで魚と野菜を焼く。
4. 完成したら、レモンを添えてサーブする。