

粉末緑茶で簡単レシピ！「牡蠣のお茶オリーブオイル漬け」



●材料

牡蠣	200 g (加熱用で OK)
オリーブオイル	牡蠣が浸かるくらい
ニンニク	1 片
塩	少々
酒	大さじ 1
粉末緑茶	少々 (小さじ 8 分の 1)

しめじやエリンギなどを軽く炒めて、牡蠣と一緒にオリーブオイルに漬けても美味しいです。



大粒の牡蠣に火を通して、オリーブオイルに漬けこんで作る「牡蠣のお茶オリーブオイル漬け」。粉末緑茶も一緒に入れることで、お茶風味の一風変わった牡蠣のオリーブオイル漬けが作れます。味はもちろん GOOD ! お酒にもピッタリです。

●作り方 ※ホームページでもご覧いただけます。「いいお茶」と検索してみてください。

1. 牡蠣を笊に入れて塩（分量外）を振って揺すると、下から汚れが出てきます。汚れが取れたら水で洗ってきれいにし、キッチンペーパーで水気を拭き取ります。
2. フライパンにオリーブオイル大さじ 2 を入れ火をつけて、みじん切りにしたニンニクを弱火で香りが出るまで炒め、香りが出たら保存用の瓶に移します。
3. フライパンに酒大さじ 1 を入れ火をつけて（弱火）、グツグツしてきたら粉末緑茶と塩を入れよくかき混ぜて溶かします。溶けたら保存用の瓶に移します。
4. 一旦フライパンを綺麗にし、牡蠣を並べて弱火で加熱します。
5. 加熱していると牡蠣から水分が出てきます。途中ひっくり返しながら加熱し、出てきた水分をまた牡蠣が吸い込んだら、牡蠣を保存用の瓶に移します。
6. 牡蠣がしっかりと浸かるまで瓶にオリーブオイルを足し、軽く混ぜて時間を置き、冷めたらふたをして冷蔵庫で 1 日寝かして出来上がりです。



牡蠣の味とお茶の風味、オリーブオイルがよく合っていて、そのままでもパスタなどに使っても美味しく食べることができます。保存も冷蔵庫で 1 週間はできるし、残ったオリーブオイルには牡蠣とお茶の味が付いているので、他の料理にも美味しく使っていただけます。ぜひ作ってみてください。

