

さけの西京焼き



＼使用アイテム／

舌でつぶせる



「やわらくマルシェブロック さけ入り240」

●240g/袋

■作り方

- ①凍ったままの「やわらくマルシェ」を蒸して、切り身に削ぎ切りする。(目安:1切40g×6切)
- ②みそ、酒、みりん、砂糖を合わせたたれを表面に塗り、ガスバーナーで軽く焼く。

※焼きすぎると表面が固くなるので注意してください。



材料 (6人分)

| | |
|----------------------|-----------------------|
| やわらくマルシェブロック さけ入り240 | 1袋(240g) (ホワイトソース) |
| ホワイトソース缶 | 300g |
| 牛乳 | 120g |
| 玉ねぎ | 120g |
| バター | 適量 |
| ほうれん草 | 適量 |
| 粉チーズ | 適量 |

＼使用アイテム／

舌でつぶせる



「やわらくマルシェブロック さけ入り240」

●内容量：240g

作り方

蒸：スチコン95℃スチーム100%

- ①凍ったままの「やわらくマルシェブロックさけ入り240」を蒸し、切り身形に切る。（目安：1切40g×6切）
- ②耐熱皿にホワイトソース、①を入れる。
- ③やわらかく蒸したお好みの野菜を周りに並べ、粉チーズをかけて表面をガスバーナーまたはオーブンで軽く焼く。



※中心部まで十分に加熱してお召し上がりください。

赤魚の幽庵焼き



＼使用アイテム／

舌でつぶせる



「やわらくマルシェブロック 赤魚風240」

●240g/袋

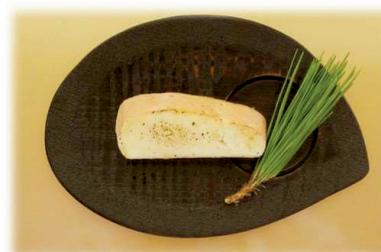
■作り方

- ①凍ったままの「やわらくマルシェ」を蒸して切り身形に削ぎ切りにする。(目安:1切40g×6切)
- ②しょうゆ、酒、みりんを合わせたたれを表面に塗り、ガスバーナーで軽く焼く。

※焼きすぎると表面が固くなるので注意してください。



赤魚の西京焼き



＼使用アイテム／

舌でつぶせる



「やわらくマルシェブロック 赤魚風240」

●240g/袋

■作り方

- ①凍ったままの「やわらくマルシェ」を蒸して切り身形に削ぎ切りにする。(スチームモード95℃約20分)(目安:1切40g×6切)
- ②①の表面にみそ、酒、みりん、砂糖を合わせたたれを塗り、ガスバーナーまたはオーブンで軽く焼く。

※中心部まで十分に加熱してお召し上がりください。
※焼きすぎると表面が固くなるので注意してください。

青魚の南蛮漬け



＼使用アイテム／

舌でつぶせる



「やわらくマルシェブロック 青魚120×2」

●240g/袋

■作り方

- ①凍ったままの「やわらくマルシェ」を蒸して切り身形に削ぎ切りにする。(目安:1切40g×6切)
- ②軽く粉をまぶして揚げ焼きにし、南蛮酢に漬ける。



材料 (4人分)

やわらくマルシェブロック うなぎ蒲焼風・1袋(240g)
(ゼラチンご飯)

| | |
|---------|------|
| 米 | 200g |
| 水 | 400g |
| 粉ゼラチン | 12g |
| 蒲焼きのたれ | 適量 |
| 山椒(お好み) | 適宜 |

＼使用アイテム／

舌でつぶせる



「やわらくマルシェブロック うなぎ蒲焼風120×2」

●内容量：240g ●賞味期間：製造後12ヶ月

作り方

蒸：スチコン95°Cスチーム100%

ゼラチンご飯

- ①研いだ米に水を加え、炊く直前に粉ゼラチンを入れてよく混ぜる。炊飯器のお粥機能で炊く。途中2~3回混ぜる。
- ②凍ったままの「やわらくマルシェブロックうなぎ蒲焼風」を蒸して、横半分に切る。（目安：1切60g × 2切 × 2枚分）
- ③器にゼラチンご飯を盛り、その上に②を盛る。
- ④③に蒲焼きのたれをかけ、お好みで山椒を振る。



ひとつちメモ

■お好みでガスバーナーまたはオーブンで軽く焼くと風味UP

※中心部まで十分に加熱してお召し上がりください。