

白身魚のホイル焼き



材 料 （ 4 人 分 ）	白身魚 （マトウダイ等）	4切れ （1切れ100g）	白ワイン ホワイトソース とろけるチーズ	大さじ2杯 カップ1.5 4枚
	玉ねぎ	1/4個	塩	少々
	生しいたけ	4枚	コショウ	〃
	エノキダケ ベーコン	1袋 4枚	アルミホイル（20cm角）	4枚
作 り 方	<p>(1) 白身魚に塩・コショウする。</p> <p>(2) 玉ねぎ, しいたけは薄切りに。ベーコンは2cm幅に切る。 エノキダケは石突きを取ってほぐしておく。</p> <p>(3) アルミホイルを広げて(1)を敷き, その上に(2)を4等分してのせ, ホイルを周りから折って舟形にする。</p> <p>(4) それぞれに1/4ずつ白ワインとホワイトソースをかける。</p> <p>(5) とろけるチーズを1枚を4つに切り, 1枚分ずつ上へのせ, 200℃のオーブンで20分程度焼く。</p>			
一 口 メモ	<p>・とろけるチーズに少し焦げ目が付いたら出来上がり。</p>			