

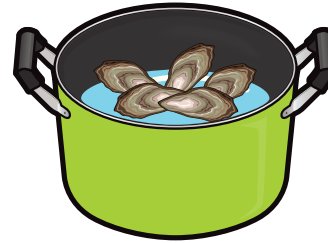
# ご家庭での調理法

## ● 電子レンジ



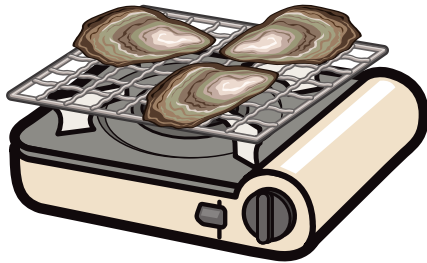
お皿に牡蠣を3～4個置いて  
ラップをかけて4分程加熱します。

## ● 鍋



大きめの鍋にたっぷりの水を入れて  
沸騰させます。  
沸騰したら殻付きのまま、牡蠣を  
入れてください。

## ● 網



網に置いて程加熱します。  
**平らな面を下**にしてから2～3分焼いて  
殻が開いたら裏返して2～3分焼きます。  
※網の上にアルミ箔を敷くと汁が  
落ちません。

## ● フライパン



深めのフライパンに水を3分目程  
入れて、**平らな面を上**にして牡蠣を並べ  
蓋をして強火で4～5分加熱します。  
※フライパンのそこにアルミホイルを  
敷くと焦げ付きにくくなります。