



RECIPE

金目鯛とあさりのアクアパッツァ 洋

材料 2人分

- 金目鯛 …… 2切
- あさり …… 200g
- ミニトマト …… 8こ
- クレソン …… 1束
- にんにく …… 1かけ
- 赤唐辛子 …… 1本
- オリーブオイル …… 大さじ1
- 白ワイン …… 50ml
- 水 …… 100ml
- オリーブオイル(仕上げ用) …… 大さじ1
- 塩 …… 小さじ1/4

作り方

- ① 金目鯛は塩適量(分量外)をふり、10分おき、余分な水気をペーパーで拭き取る。あさはり砂抜きし、こすり洗いする。クレソンは4cmの長さに切る。にんにくは半分に切り芽を取って潰す。赤唐辛子は半分に折り、種を除く。
- ② フライパンにオリーブオイル、にんにく、赤唐辛子を入れ、弱火にかけ、香りが出たら中火にし、金目鯛を皮目から入れる。焼き色がついたら裏返し、同様に焼き色をつける。
- ③ 白ワイン、水、あさり、ミニトマト、クレソンを加え、蓋をして3分蒸し焼きにする。
- ④ 蓋を開け、オリーブオイル(仕上げ用)、塩を入れ、フライパンをゆすってオリーブオイルを乳化させる。

Point 火を入れすぎると硬くなるので、②では中まで火が通ってなくても大丈夫!

