



<鯛ときのこのアクアパッツア>

材料 3~4人前

- 鯛(内臓など下処理済み)……………1尾
- 塩…小さじ 1/4
- あさり……………200g
- きのこ(エリンギ、マッシュルームなどお好みで)…合わせて 100g
- にんにく……………1片
- ミニトマト……………8個
- A 黒オリーブ……………8個
- ケイパー……………大さじ1
- トマトペースト(ドライトマトでも可)…小さじ 1/2
- アンチョビペースト…小さじ 1/2
- B 酒…大さじ1
- 水…50~100cc
- イタリアンパセリ(みじん切り)…適量

作り方

①下準備をする

鯛の皮両面に横長に一本切り込みを入れた後、十字になるように縦にも複数切り込みを入れ、塩をまぶす。あさは砂抜きをする。きのこはそれぞれ食べやすい大きさに切る。にんにくは皮をむく。



②蒸し焼きにする

フライパンにオリーブオイル(分量外)とにんにくを丸ごと入れ、弱火にかける。鯛を裏面が下になるように入れ、焼き色がついたらひっくり返し、両面ともこんがり色がつくまで焼く。あさり、A、Bを加え、蓋をして7~8分蒸し焼きする。あさりの口が開いたら、蓋を外し、何度か煮汁を鯛にかけながら十分に火を通す。



③トマトときのこを入れて仕上げる

ミニトマト、きのこを加え、2~3分ほど加熱する。仕上げにオリーブオイル少々(分量外)を回しかけ、イタリアンパセリを散らす。

