

タラの芽とアサリのワイン蒸し



ポイント

フライパン一つで蒸し上げる簡単イタリアン。旬の山菜の中でも癖の少ないタラの芽にアサリのうまみをしっかり染み込ませます。お好みでトウガラシを加えてもアクセントになります。

材 料	(2人分)	作 り 方
タラの芽 6本		① アサリは塩水で砂抜きする。
殻付きアサリ 200g		
ミニトマト 4個		② タラの芽は根元部分の黒い部分をむく。
ドライトマト 4個		
ニンニク薄切り 1片		③ フライパンに①、②、ミニトマト、ドライトマト、ニンニクの順にのせ、白ワイン、オリーブ油をかけ、ふたをして火にかける。
白ワイン 100ml		
オリーブ油 大さじ1		④ アサリが開いたら、こしょうで味を調べ、器に盛り付ける。
こしょう 少々		