

料理名 魚介と新ジャガのスープ

材料 (2人分)

- 新ジャガイモ…2個
- ニンニク… 1片
- アンチョビfile… 1片
- 白身魚…40g (2切れ)
- ハマグリ…100g
- 切りガニ…2肩
- オリーブ油…大さじ4
- 白ワイン…大さじ2
- タイム…1本
- 水…400ml
- 塩・こしょう…適宜
- レモンライス…2枚



作り方

- (1) 新ジャガイモは皮をむき半分に切り下ゆでしておく。
- (2) フライパンにオリーブ油、つぶしたニンニク、アンチョビを入れ、弱火で香りを移す。
- (3) (2) に (1)、白身魚、ハマグリ、切りガニを入れ、中火で3、4分焼き、白ワインを振ってから水とタイムを入れ、ふたをし中火で7、8分蒸す。
- (4) (3) に塩・こしょうを振り味を調える。皿にレモンを置き、上に具材を盛り付けスープを注ぎ出来上がり。