

あさりと菜の花のハーブワイン蒸し

菜の花とあさりで春らしい1品はパスタに仕上げても。
ほんの少しのハーブとスパイスで、家庭ではできないプロの味に。



🍷 材料 (4人分)

殻付きあさり…200g

菜の花…60g

にんにく…5g

GABAN® オリーブオイルEXバージン
…15ml

白ワイン…60ml

GABAN® タラゴンみじん切り…0.2g

GABAN® デイルウィードホール…0.1g

GABAN® ホワイトペッパー荒挽…0.1g

無塩バター…20g

🍲 レシピ (所要時間:15分)

- ① あさりは砂抜きする。
- ② 菜の花は色よくゆで、半分の長さに切る。
- ③ 鍋につぶしたにんにく、オリーブオイルを入れて弱火にかけ、にんにくがきつね色になったらあさり、白ワイン、タラゴンみじん切り、デイルウィードを入れて蓋をし、あさりの口が開くまで蒸し焼きにする。
- ④ ③に②を加えてサッと合わせ、無塩バター、ホワイトペッパー荒挽を入れて煮汁となじませる。
- ⑤ 器に④を盛りつける。