

## 鶏肉のアーモンドソース煮



スペインではにんにくとアーモンド、パセリなどをすり潰した調味料が使われます。うま味とコクに加え、サフランで鮮やかに仕上げました。

### 🍲 材料 (2人分)

鶏手羽元…480g

塩…4.8g

GABAN® ホワイトペッパー荒挽…2g

GABAN® オリーブオイルEXバージン  
…45ml

にんにく…10g

玉ねぎ (薄切り) …250g

A GABAN® パセリみじん切り…2g

GABAN® アーモンドスライス…20g

GABAN® サフランパウダー…0.3g

塩…2g

水…50ml

B 白ワイン…150ml

ブイヨン…600ml

GABAN® ベイリーブスホール…1枚

### 🍲 レシピ (所要時間:80分※)

- ① 鶏手羽元肉に塩・ホワイトペッパー荒挽をふり、30分ほどなじませる。
- ② フライパンにオリーブオイル30ml、にんにくを入れ、弱火でじっくりと炒め、取り出しておく。
- ③ すり鉢に②、Aを加えてすりつぶす。
- ④ ②のにんにくを取り出したフライパンに①を入れて表面に焼き色がつくまで焼き、鍋に移す。
- ⑤ 同じフライパンに残りのオリーブオイル15ml、薄切りにした玉ねぎを入れて炒め、④の鍋に加える。
- ⑥ ⑤にBを加え、30分ほど煮る。
- ⑦ ⑥に③を加えて20分ほど煮て、器に盛りつける。

※下味をなじませる時間は含みません。