

# GABAN®

## タコのマリネ



ケーパースの酸味とオリーブのコクに、ほんのり香るハーブ。  
家庭では出せない味で、シンプルな素材をワンランクアップ！

### 🍷 材料 (4人分)

刺身用たこ…120g  
オリーブとケーパースのソース…80g  
グリーンアスパラガス…40g

#### ●オリーブとケーパースのソース

A  
ベルギーエシャロット(みじん切り)…100g  
GABAN® タイムホール…1g  
GABAN® ベイリーブスホール…1枚  
白ワイン…150ml  
GABAN® ケーパース…20g  
GABAN® ブラックオリーブ種抜き…12g  
トマト…25g

B  
バルサミコ酢…25ml  
GABAN® オリーブオイルEXバージン…45ml

塩…少々

GABAN® ホワイトペッパー荒挽…少々

### 🍲 レシピ (所要時間:30分※)

- ① 鍋にAを入れ、弱火で水分がなくなるまで煮詰め、ベイリーブスを取り除いて冷ましておく。
- ② ブラックオリーブ、ケーパースはみじん切り、トマトは5mm角に切る。
- ③ ボウルにB、①、②を入れて混ぜ、塩・ホワイトペッパー荒挽で味を調える。
- ④ たこはサッとゆでて氷水に入れて冷まし、薄切りにしてバットに並べ、③をかけ、冷蔵庫で1時間ほどマリネする。
- ⑤ アスパラガスは色よくゆで、厚さ1cmの斜め切りにする。
- ⑥ 器に④、⑤を盛りつけ、お好みでブロッコリースプラウト、ラディッシュを飾る。

※マリネする時間は含みません。