

GABAN®

帆立貝と白子のポワレ

かぶとサフランのソースとオリーブパウダー



鮮やかなサフラン色の野菜ソース、オリーブパウダーのアクセントが魚介のうま味を引き立てるプロヴァンス風のおしゃれな一皿。

🍷 材料 (1皿分)

冷凍パイシート…80g

ほたて貝柱…3個

真鱈白子…30g

塩…適量

GABAN® ホワイトペッパーパウダー…適量

薄力粉…適量

GABAN® オリーブオイルEXバージン…15ml

● サフランソース

白ワイン…10ml

GABAN® サフランホール…0.2g

かぶ (適当な大きさに切る) …100g

フュメ・ド・ポワソン…75ml

牛乳…15ml

塩…適量

スナップえんどう…2個

そら豆…20g

にんじん…15g

GABAN® グリーンオリーブ種抜き…100g

🍲 レシピ (所要時間: 50分※)

- ① グリーンオリーブはペースト状になるまでフードプロセッサーにかけ、100℃のオーブンで2時間ほど乾燥させ、再びパウダー状になるまで攪拌する。
- ② パイシートは解凍し、直径12cmと6cmのセルクルでドーナツ状にくり抜き、200℃のオーブンで色づくまで焼く。
- ③ スナップえんどうはスジを取り、にんじんは丸くくり抜き、それぞれゆでる。そら豆はゆでて皮を剥く。
- ④ 白ワインにサフランを加えて色を出す。
- ⑤ かぶ、④、フュメ、牛乳を鍋に入れて熱し、沸騰したら弱火で10分ほど煮、塩で味を調え、ミキサーで攪拌し、なめらかにする。
- ⑥ ほたて、白子は塩・ホワイトペッパーをふり、薄力粉を薄くまぶし、オリーブオイルを熱したフライパンで焼く。
- ⑦ 器に⑤のソースを敷いて②のパイを乗せ、その上に⑥、③を盛りつけ、オリーブパウダー (2g) をふりかける。

※オリーブパウダーを作る時間は含みません。