

Saute de huitres en salade

蒸し牡蠣「珠せいろ」のソテー サラダ仕立て ひまわりのドレッシングとバジルソース

材料	(4人分)			
* 蒸し牡蠣「珠せいろ」	20個	パスレまたはパセリ	1枝	} ハーブ類(なくても良い)
* mitsu MORNING CARROT (にんじんジュース)	100cc	チャービル	2枝	
* 播州一献大吟醸	大さじ2	あさつき	4本	
* 播州室津牡蠣しょうゆ	大さじ1	ベーコン	1枚	
* 濃厚バジルソース	大さじ2	マヨネーズ	大さじ1	
* ひまわりのドレッシング	50cc	EXバージンオリーブオイル	大さじ2	フルーティーなものがおすすめ
* 相生かきせんべい	2枚	無塩バター	15g	
ベビーリーフ	約40枚	塩	適量	細かい天然塩がおすすめ
サラダミニほうれんそう	約24枚	こしょう(白・粗挽き)	少量	

*は西播磨フードセレクション受賞食品です
販売場所は、「西播磨フードセレクション」で検索 公式ホームページへ

作り方

- ① サラダ類、ハーブ類は、きれいに水洗いして、水気をしっかり切っておく。



- ② にんじんジュースは、とろ火でたまにかき混ぜながら煮詰め、とろりとなったら冷ましてマヨネーズと合わせる(にんじんソース)



- ③ ベーコンは、5mm位にカットして軽く炒めておく。

- ④ オリーブオイルとバターをフライパンで少し熱し、蒸し牡蠣を冷凍のまま加え、中火で炒める。



中火で、揺すったりしながら、焦がさないように

ポイント: バターだけで炒めると焦げやすいため、オリーブオイルも使う。

蓋はせず、揺すったり途中で牡蠣を返したりする。

お酒はアルコールを飛ばす

牡蠣を返したら、お酒をふりかける。



芯まで温まる位(押して確認)で火を止め、牡蠣しょうゆを加える。

温めたお皿に牡蠣を引き上げる(冷めないよう温かいところに置く)

残りの煮汁にドレッシングを少し加え、塩こしょう(白)で味を調える。

牡蠣に含まれている塩味により、味が濃くなった場合は、チキンブイヨンや昆布だしを足す。

ポイント
魚介には白こしょうが合います。

⑤ サラダ類をボウルに入れ、ひまわりのドレッシングでサッと和える(盛付ける直前に)

⑥ お皿に、牡蠣をのせ、バジルソース、にんじんソースを美しくトッピング。

サラダ類、ベーコンを盛りつけ、煮汁のソースをスプーンで少しずつかける。

ポイント
牡蠣とベーコンは相性が良く、フランス料理と一緒に料理することが多いです。

砕いた相生かきせんべい、ハーブをあしらう。

ひまわりのドレッシングは、まるやかで色々な素材にマッチします。魚介にもぴったり。

ない場合は、しょうゆ・ビネガー・オリーブ油(ひまわり油)・ごま油ほんの数滴・塩こしょうでドレッシングを作るとよいでしょう。



珠せいろは、特許製法で蒸して、瞬間冷凍。だから、身が縮まず、ふっくら、ぷりぷり!

珠せいろは、食中毒の心配がないため、温まったら火を止めます。

生の牡蠣はノロウイルス対策のため、芯まで十分加熱してください。

この蒸し牡蠣、ホントに縮まないね!

旨味も濃厚で美味しい



このバジルソース、香りが良くていい感じだから

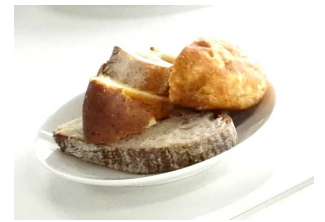
お店で使うことにしました



この牡蠣せんべいはパリパリ香ばしくて旨味濃厚だから

アクセントとして少しだけかけるといい変化に

残りは・・・お酒のお供にすると最高です



酸味のあるパン・ド・カンパーニュと一緒に食べると、最高です

キレ、香りのよい、「播州一献大吟醸」がぴったりです。
(白ワインよりオススメ)

Saute de huitres en salade
蒸し牡蠣「珠せいろ」のソテー サラダ仕立て
ひまわりのドレッシングとバジルソース

使用した
西播磨フードセレクション
受賞食品



生産者に感謝し
素材の美味しさを大切に・・・
一口ごとに、色々な風味が楽しめる
小久江シェフの
ファンタスティックなお料理

素材の美味しさが生きている
「西播磨フードセレクション受賞食品」
を使うことで、
簡単に楽しむことができ、
料理教室の参加者にも大好評でした

全ての材料が揃わなくても
あるもので、是非楽しんでみてください

