

キジハタのピンクソース

～キジハタ料理～

(約4人分)



材料

シャロット (なければ玉ねぎ)	大さじ3・・・みじん切り
※シャロットとは玉ねぎの仲間。玉ねぎよりも小さく、やや甘みもあり奥ゆきのある味です	
よく熟れたトマト	中3個
バター	小さじ10
キジハタ	1尾 3枚に下ろし 白ワイン大さじ1を振っておく
白ワイン	1/4カップ
フィッシュストック	1/4カップ～ひたひたになるまで
小麦粉	大さじ1
生クリーム	1/3カップ
長門ゆずきち	1個
塩、胡椒	少々
長門ゆずきち・チェリートマト・パセリ	適宜
タラゴンの葉 (飾り用)	

作り方

- ① 浅めの鍋にバターを塗り、シャロット・トマトの薄切りを敷き詰める
- ② キジハタの水気を拭き取り、軽く塩・胡椒してトマトの上に置く
- ③ フィッシュストック・白ワインを入れオープンペーパーにバターを塗ったものをキジハタに被せ、
萤火で8分ポーチする
- ④ キジハタを別の器に移して冷めないようにしておき、煮汁を濾して半量になるまで灰汁をすくい、
煮詰める (トマトをしっかりと濾す)
- ⑤ 別の鍋にバターを溶かし小麦粉を加え焦がさないように炒める
- ⑥ 煮詰めたキジハタの茹で汁を加え中火でソースを作る
- ⑦ 生クリームを加え4～5分下火で煮てから、火からおろして残りの大さじ3のバターを少しずつ
混ぜ入れ、長門ゆずきち果汁を加え塩・胡椒で味を調える
- ⑧ 皿の周りにパセリのみじん切りを散らし、塩・胡椒で軽くソテーしたチェリートマトを適宜飾る
- ⑨ 真ん中にキジハタを置いて、上からピンクのソースをかけタラゴンの葉を飾る