

温かいじゃが芋と地鶏の重ね焼き



作り方

パセリ、バジル、アンチョビ、ケーパ、にんにく、ピクルスをみじん切りにして、他の材料を加えて混ぜ、香草ソースを作る。

じゃが芋は皮をむき、1cm幅にスライスして、水から茹で、半分程度火が通ったら水気を切る。ロースハムも1cm幅にスライスし、フライパンで軽く焼いておく。

地鶏のモモ肉は塩、こしょうの後、フライパンの中にオリーブオイルを注ぎ、熱して地鶏をソテーして火を通しておく。

玉葱を1cm幅の輪切りにしたものに塩、こしょう、小麦粉、溶き卵及びパン粉を付けて油で揚げておく。

のじゃが芋を塩、胡椒し、フライパンの中にオリーブオイルを注ぎ熱してじゃが芋の表面をかりっと焼く。

皿の中央に揚げた玉葱のフライを置き、マヨネーズを少しかけ、じゃが芋と地鶏を盛り、香草のソースをかけてイタリアンパセリで飾る。

ワンポイント

じゃが芋と地鶏をバランス良く、交互に重ねる。

食材について

春になると新じゃが芋が収穫されます。採れたてのじゃが芋は、特にみずみずしく、また、でんぷん質が多く含まれているので、エネルギー源となる野菜です。じゃが芋を使っていろいろな料理を楽しみましょう。

宇和島市、愛南町等が主な産地です。

材料(4人分) 所要時間 30分

じゃが芋・・・・・・・・・・160g
ロースハム・・・・・・・・・・80g
地鶏のモモ肉・・・・・・・・2本
新玉葱の輪切・・・・・・・・1個
オリーブオイル(ピュア)・・・適量
塩、こしょう・・・・・・・・適量
薄力粉、溶き卵、パン粉・・・適量
揚げ油・・・・・・・・・・適量
マヨネーズ・・・・・・・・・・適量
イタリアンパセリ・・・・・・適量

香草ソース

パセリ・・・・・・・・・・150g
バジル・・・・・・・・・・250g
アンチョビ(塩漬缶)・・・・1枚
ケーパ・・・・・・・・・・5、6個
にんにく・・・・・・・・小さじ1/3杯
ピクルス・・・・・・・・小さじ1杯
エキストラヴァージンオイル・・・100cc
赤ワインビネガー・・・・・・適量
塩、黒こしょう・・・・・・少々

