

*Démonstration – Le Cordon Bleu x European Union*  
Tastes of Europe レシピコンテスト  
ファイナリストによるスペシャルデモンストレーション

Le Cordon Bleu

Menu メニュー

Yui-la rose d'amitié by 河野春菜



Ingrédients 材料 2人分

*魚の切り身	2切れ
ズッキーニ	1本
パルジャミーノレッジャーノ (すりおろしたもの)	50g
生クリーム	200g
バルサミコビネガー	40g
オリーブオイル	30g
アーモンド	8g
レモン	少々
塩こしょう	少々

\*メイン食材の魚は、旬で手軽に手に入る白身魚やサーモン、鶏肉や豚肉でも応用が可能。

1. パットにオリーブオイルを敷き、その上に塩こしょうした魚をのせ、上からもオリーブオイルをかけ、10分おく。  
別のパットにアーモンドをひろげ、魚と一緒に180度のオーブンで10分焼く。
2. 小鍋にバルサミコビネガーを入れ、蜂蜜くらいのとろみがつくまで煮詰める。
3. ピーラーでズッキーニを縦にスライスして沸騰したお湯に塩を入れ20秒ゆでザルにあげ、お花の型にくるくる巻いていく。
4. 3の空いたお鍋に生クリームを入れ温まったら、すりおろしたパルジャミーノを加え溶かす。
5. 焼けた魚の骨と皮を外し、4のソースをお皿に敷き、魚をのせる。  
お花にしたズッキーニを魚の上のにのせ、煮詰めたバルサミコビネガーを数滴垂らす。砕いたアーモンドとレモンの皮をすりおろし、ちらして出来上がり。

