

## Zuppa di pesce

### 魚介のスープ



#### 【材料】4人前位～

好きな魚介類

あさり 12粒

海老（殻付きがよい） 8尾

イカ 1杯

白身（切り身でも） 2切れ

又は一尾（鱗・内蔵をとりぶつ切り）

その他 etc....

玉ねぎ 1個

セロリ茎 1本

イタリアンパセリ 適宜

にんにく 大1片

オルチョサンニータ又は

ボルゴ 大さじ2

水 2カップ

パッサータポモドーロ 1/2瓶

コンチェントラートデルマーレ

（アサクラ天日塩）

バケットなど 適宜

レモン 適宜

#### 【下処理】

- ・ アサリはよく洗い塩水で砂出しておく
- ・ 魚は鱗と内蔵を取り除きぶつ切りする→コンチェントラートを少々まぶしておく
- ・ イカは内臓と皮を取り除いてぶつ切りしておく
- ・ 海老は殻をむかずよく水洗いしておく（有頭ならそのまま）
- ・ イタリアンパセリはみじん切りしておく
- ・ 玉ねぎとセロリはみじん切りしておく
- ・ パンは大きめの角切りにしトーストしておく

#### 【つくり方】

- 1) 鍋に玉ねぎ、セロリのみじんぎり、にんにくをつぶしたもの、オルチョかボルゴを注ぎ、コンチェントラートを少々加え火をつける。じっくり炒めて透明感がでたらパッサータポモドーロ、水を半々入れて沸騰させる
- 2) あらかじめ下処理をした魚のぶつ切り、海老、アサリを加えてフタををしないで煮る（この時の汁気は魚介に全部かぶるように入れる）
- 3) 沸騰したらふつふつとするように火を弱火にしアサリが開いたら出来上がり。
- 4) イカをリング状に切ったものを加えひと煮たちしたら塩加減をみてコンチェントラートで調整する
- 5) イタリアンパセリを散らす
- 6) スープ皿に盛り付けトーストしたパンを上からちらし、レモンのくし切りを添える