



Insalata estiva alla siciliana

ご馳走じゃがいもサラダ〜シチリア風〜



【材料】3〜4人前

| | |
|-----------------|--------|
| じゃがいも | 250g見当 |
| トマト | 1個 |
| 紫玉ねぎ | 少々 |
| きゅうり | 1/3本 |
| 茹で卵 | 1〜2個 |
| イタリアンパセリ(あれば) | 少々 |
| ※オルチョアンチョヴィフィレ | 3フィレ |
| ツナ缶 | 1個 |
| ※塩漬けケッパー | 10粒 |
| ※コンチェントラートデルマーレ | 少々 |
| ※アサクラ EVO | 大きさ2〜 |
| (※印はアサクラアイテム) | |

YouTube／アサクラ CHANNEL VOL. 119 ライブクッキングより

【つくり方】

※塩漬けケッパーは塩を洗い流し真水につけて塩抜きする

- 1) じゃがいもは洗って皮をむく → 一口大に切る
- 2) 鍋にじゃがいもを入れひたひたの水を入れて塩分を1%にして水から茹でる
- 3) 竹串が簡単に刺さるぐらいまで(約20分)火が通ったらざるに取り四方八方から蒸気を抜く
- 4) きゅうりは厚めのスライス、紫玉ねぎは薄くスライスにする
- 5) トマトはくし切りする
- 6) 茹で卵は4等分を更に半分にし8ピースにする
- 7) 塩漬けケッパーは水けを拭き1/2にカットする
- 8) にんにくは粗みじん切りする
- 9) アンチョヴィは1フィレを3つにカットする
- 10) じゃがいもが冷めたら皿にじゃがいも、きゅうり、紫玉ねぎ、トマトと皿に盛り、
(上からコンチェントラートをうすくふる→ツナやアンチョヴィの量を踏まえなくてもよい)
更に茹で卵、ケッパー、アンチョヴィフィレ、ツナ缶を散らす
- 11) 最後ににんにく、イタリアンパセリのみじん切りを散らし上からEVOをかける。
食べる直前に皿全体をよく混ぜていただく

※加える具材は季節に合わせてお好みのものをお使いください