

## Cavolcinese al forno con prosciutto cotto

### 白菜のオーブン焼き・香草マリネハム風味



#### 【材料】 1人前

白菜 (小さめ) 1/4 ~ 1/6 個 (写真は 400g 程度)

Pure Farm の香草マリネハム 1 枚 (お好み)

にんにく 1/2 片

アサクラ EVO 大さじ 2

コンチェントラートデルマーレ

(アサクラお勧めのお塩) 小さじ 1/2 強

※EVO はエキストラバージン

オリーブオイルの略

アサクラ CHANNEL ライブクッキング vol 37 より

#### 【作り方】

- 1) 白菜を縦に 1/4 または 1/6 にカットする  
(オーブンシートに収まる大きさ)
- 2) ハムは千切りする
- 3) にんにくはスライスする
- 4) オーブンシートは白菜の長さの左右両方に +10 cm 長く切る
- 5) オーブンシートの上に白菜を置き、にんにくを白菜にはさみ、
- 6) ハムを適当にちらして(下に落ちててもよい) 上からアサクラ EVO をかけ、コンチェントラートを振る
- 7) オーブンシートをまず長い辺に重ね合わせ 1 cm 幅に 2 回折る  
紙が開かないように左、右とキャラメル包みする (中の空気が漏れないようにする)
- 8) あらかじめ 200°C に予熱したオーブンに入れ 20 分焼く
- 9) 20 分経ったら中央部分を開けて全体に透明感があれば OK
- 10) 取り出して、白菜をはさみやナイフなどで白菜の下のシートを破かないようにカットし、  
全体を箸でよく混ぜる (入れた塩やオイル、ハムの味などを均一にするため)
- 11) 紙で包まれた状態のまま皿にのせる  
(オーブンシートから出して皿などに盛りつけてもよい)

