



### Alici con salsa pomodoro e formaggio

### いわしのとまとチーズ焼き



【材料】 2人分

いわし	2~3尾
塩	少々
野生のオレガノ	少々
アサクラの粉 (ファッロ)	大さじ1~
アサクラ EVO	大さじ1~
にんにく (ソース)	1/2片
シチリアのパッサーダ	大さじ3
塩	少々
溶けるチーズ	20g~
野生のオレガノ	少々

※EVOはエキストラバージンオリーブオイルの略

※塩はアサクラおすすめの

コンチェントラートデルマーレ

アサ克拉 CHANNEL ライブクッキング vol48 より

#### 【つくり方】

- 1) いわしは三枚におろす
- 2) まな板にいわしを広げて、身を上にしコンチェントとオレガノをふる
- 3) その上から小麦粉を茶こしで全体にふり、ひっくり返して皮目にも粉をふる
- 4) フライパンにEVOを入れ両面をソテーする
- 5) 焼けたら耐熱皿に並べる
- 6) ボウルに、シチリアのパッサーダ、塩、オレガノを入れて混ぜる
- 7) いわしの上に、にんにくのスライス、6) のトマトソースとチーズをのせる
- 8) 180°Cに予熱したオーブンで15分程度焼く  
(またはオーブントースターで5分焼く／上部の火が強い場合はアルミホイルを覆う)
- 9) 取り出したら上から野生のオレガノをあしらう