

Zuppa di pesce con patate

たらとジャガイモのスープ



【材料】 4名分

- たら 2切れ
- じゃがいも 大1個
- 玉ねぎ 中1個
- にんじん 中1個
- アサクラの EVO
- オルチョサンニータなど 大きじ 1
- レモン (お好み)
- 塩 小匙1強
- 水 1リットル~1.2
- パセリのみじん切り少々

【つくり方】

- 1) たらは一切れを4~5等分ぐらいに切り、分量分の半量の塩をもみ込んでおく
玉ねぎや人参はスライス、じゃがいもは4mm程度にスライスしておく
- 2) 鍋にアサクラの EVO オルチョサンニータなどを入れ、切った玉ねぎと人参を入れ
残った塩の半分を加え火をつける
しんなりするまで良く炒める (途中焦げそうになったら水を少し足し焦げないようにする)
- 3) よく炒めたらジャガイモを加え残りの塩を加えて3分ほど炒めてから
分量の水を加えふたをして強火で沸騰させる→沸騰したら弱火にしジャガイモが
やわらかくなるまで煮る
じゃがいもが煮えたら先ほどのたらを加えさつと煮えたら OK
- 4) 塩味を最終的にみて足りないようなら足す
皿に盛り付け上からパセリのみじん切りをあしらい、
アサクラの EVO オルチョサンニータなどを回しがけする