

# さんまのハーブパン粉焼き



## おすすめワイン

### ショウアンドスミス ソービニオン・ブラン SHAW AND SMITH Sauvignon Blanc

 オーストラリア 750ml

オーストラリアTOP100ワインに選出され、日本人が選ぶ2,000円台のワイン部門でソーヴィニオンブラン大賞を受賞。グラスに注ぐと鮮烈なピンクグレープフルーツと、レモンの皮を絞った様な香りが立ち上ります。



 AEON LIQUOR

マリアージュ  
*Recipe* 

## 材料(4人分)

さんま	3尾
レモン	1/2個
エルブ・ド・プロバンス★	小さじ2
パルメザン★	8g
パン粉	10g
オリーブオイル★	少々
塩★	少々
こしょう	少々
パプリカパウダー★	少々

★は、イオンリカーでお取り扱いしている商品です。  
一部店舗ではお取り扱いがない場合がございます。

## 作り方

- ①ボウルにパン粉、すりおろしたパルメザン、エルブ・ド・プロバンスを入れて混ぜ合わせる。
- ②さんまは三枚におろして塩をふり、しばらく置いて余分な水分をふき取る。
- ③耐熱容器にオリーブオイルをぬり、さんまの皮を上にして重ならないように並べる。
- ④①のをせて軽くおさえ、オリーブオイルを少量散らすようにかける。
- ⑤200℃にあたためたオーブンで10～15分焼く。
- ⑥取り出して、お好みでパプリカパウダーをふり、くし切りしたレモンを添える。