

サンマのエスカベッシュ



おすすめワイン

テッレ・デル・ノーチェ ピノ・グリージョ

TERREDEL NOCE

イタリア 750ml

さんまの旨みは程良い白ワインのボディ感とピツタリ！
マリネ液の酸味は、加熱してしっかり飛ばすことでワインのフルーティさとも良く合います。



AEONLIQUOR

マリアージュ
Recipe

材料(4人分)

さんま	2尾	<エスカベッシュ用マリネ液>	
片栗粉	大さじ1	オリーブオイル★	大さじ2
揚げ油	適量	にんにく	1片
パプリカ(黄・オレンジ)	各1/3個	鷹の爪	1本
たまねぎ	1/4個	白ワインビネガー★	80ml
トレビス	適量	白ワイン★	100ml
		三温糖	大さじ1
		塩・こしょう★	少々
		はちみつ★	小さじ2

★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さんまは、あたまを切り、4等分のぶつ切りにする。内臓は、とり除いて水洗いし、水分をよくふぎとり、塩・こしょうする。
- ②フライパンにオリーブオイルを弱火で熱し、にんにく、鷹の爪を加え、香りがでたら、玉ねぎ、パプリカをさっと炒め、塩・こしょうで調味する。
- ③②に、白ワインビネガーを加えてしっかりと沸騰させ、次に白ワインを加え沸騰させる。三温糖、塩、こしょう、はちみつで調味する。
- ④ビニール袋に、片栗粉を入れ、①を加えて、よくまぶす。140度の油で、7～8分揚げ粗熱をとる。油を180度に熱し、2度あげにし、油をよく切り、熱いうちにエスカベッシュ用マリネ液に漬け込む。(冷蔵庫で一晩)
- ⑤④に②を加え、トレビスをしいた皿に盛る。