



## ブリのカルトッチョ

Broiled Yellowtail in Foil Packet

### 《材料》

- ブリ・・・・・・・・・・400g
- 剥きエビ・・・・・・・・8尾
- いか・・・・・・・・・・1杯
- プチトマト・・・・・・・・6個
- マッシュルーム・・・4個
- ニンニク・・・・・・・・2片

### 【あさり出汁】

- 水・・・・・・・・・・適量
- 白ワイン・・・・少々
- あさり・・・・・・8個

- 塩・・・・・・・・・・少々
- 胡椒・・・・・・・・少々
- 白ワイン・・・・少々
- ローリエ・・・・・・1枚
- ハーブバター・・・・適量

### 《作り方》

- 1 あさり出汁を作る。
  - ①あさらは塩抜きし、水洗いをしてザルにあげる。
  - ②鍋にあさりを入れ、かぶるくらいの水と白ワインを加え火にかけ、あさが開いたら取り出す。

※あさらは具材として使用するのどっておく。殻は外しても、そのままでもOK!
- 2 えびは殻を剥いて、背ワタを取る。プチトマト・マッシュルームは半分、ブリは大きめの一口大に切り、ニンニクはスライスする。
- 3 皿に耐熱フィルムを置いて、具材を並べ、塩・胡椒・ハーブバター・白ワイン・あさり出汁を振った後、ローリエを置き、フィルムで包む。
 

※耐熱フィルムは、オーブンシートやアルミフویلでもOK!
- 4 200℃のオーブンで20～25分焼き、オーブンから取り出したら、皿に盛り付ける。

### アピールポイント

カルトッチョとは紙包み焼きのこと！  
旨味を包み込みました。



### 講師コメント

近年は、なかなか国産のあさり貝が食べられないのが残念ですが、日本料理にも和紙で包んで焼く調理法があります。調理の際は温度がポイントで、焼きすぎないように注意が必要です。



函館短期大学付設調理製菓専門学校 日本料理研究室長 北川 陸雄