



アンチョビ風味のクロケット

カリッ、ホクッ、じゅわっ！ひと口で広がるアンチョビの旨み 大阪万博のイタリア館で提供されていた「パータークロッカンテ」のレシピを再現。じゃがいもをベースにした、伝統的なイタリアのコロッケです。アンチョビの風味が絶妙に絡み合い、外はカリッ、中はホクホクの食感が楽しめる一品です。

使用商品

フロット アンチョビフィレ ひまわり油漬

(4人分～5人前)

- ・じゃがいも 500g (中サイズ約3～4個)
- ・塩 適量
- ・こしょう 適量
- ・サラダ油 適量 (揚げ用) 地中海ソース
- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・マスタード 小さじ1
- ・アンチョビペースト 小さじ1
- ・ケッパー 小さじ1 (みじん切り)
- ・レモン汁 小さじ1 (好みで)

材
料

- ①じゃがいもは皮を残したまま、一口大に切り、蒸し器で柔らかくなるまで蒸す (約15～20分)。
- ②フライパンにサラダ油を入れ160°C程度まで熱し、じっくり揚げてじゃがいもに火を通す。 (約5～7分)
- ③油の温度を180°Cに上げて、さらに3～4分揚げる。表面がカリッとして、きつね色の見た目になればOK。
- ④ボウルに地中海ソースの材料を入れ、よく混ぜる。味を見て、必要に応じて塩やこしょうで調整する。
- ⑤揚げたじゃがいもを器に盛り、塩を振り、地中海ソースを添える。

手
順