



インサラータ・ディ・アランチャ

シチリアの太陽を味わう、爽やかオレンジサラダ 南イタリア（シチリアなど）で一般的に親しまれている、オレンジを使ったサラダをご紹介。オレンジの爽やかな甘みと酸味が、他の食材と絶妙に調和するお手軽ながら本格的な一品です。

使用商品

アランチャ エクストラ・ヴァージン・オリーブオイル

(2人分)

- ・オレンジ 2個
- ・黒オリーブ 10粒
- ・赤玉ねぎ(スライス) 40g(1/4個)
- ・オリーブオイル 20g
- ・塩、黒こしょう 適量
- ・バジルの葉(好みで) 数枚

材
料

- ①赤玉ねぎを千切りにし、10~15分間冷水に浸して風味を甘くする。
- (2)オレンジの皮を切り取り、個々の実に切り分ける。
- (3)ブラックのオリーブの種があれば取り出す。
- (4)オリーブオイル、塩、黒こしょうをボウルに入れて混ぜ合わせ、玉ねぎスライスの水気を切ったら、全ての材料をボウルに加えてよく混ぜる。
- (5)お好みでバジルの葉を散らして完成。

手
順

★魚料理や軽い白ワインと合わせるのもおすすめです。