



トスカーナのカチュッコ

海の風味をすべて含んだ濃厚でおいしいスープ エビの繊細な味を損なうことなく、タコからタラ、イカ、ボラ、ムール貝まで、さまざまな魚の組み合わせで召し上がっていただけます。

使用商品

- ・ フェルーチェ なめらかトマト
- ・ エクストラ ヴァージン オリーブ オイル ノチェッラーラ

(2人分)

- ・ なめらかトマト....390g
- ・ たこ...100g
- ・ ムール貝.....200g
- ・ イカ(一口大にカット)....150g
- ・ えび(殻ごと)....150g
- ・ タラ(一口大にカット)....150g
- ・ 白ワイン....100ml
- ・ にんにく(半分にカット)....1片
- ・ セージ...適量
- ・ 唐辛子....1本
- ・ オリーブオイル...適量
- ・ 塩こしょう...適量
- ・ バゲット(あれば)

材
料

①鍋にオリーブオイル、にんにく、唐辛子、セージを入れて魚介を炒め、白ワインを加えて15分蒸し煮にする。

(2)貝は一旦器に取っておく。

(3)なめらかトマトと水150mlを加えて弱火で30分煮込む。

(4)貝を鍋に戻し、塩、こしょうで味を整える。

(5)焼いたバケットを添えて出来上がり。

手
順