



マグロの甘酢風味

甘酢あんかけをワインビネガーで作りました マグロはイタリアでもよく食べられる魚です。昔から庶民の料理として重要な食材だったマグロは、長時間煮て油漬けにする保存食としての加工が一般的です。 甘酢も日本ではポピュラーなソースなので、家庭料理として取り入れたいですね。

使用商品

- ・ロゼオーロ（熟成ロゼヴィネガー）
- ・エクストラ・ヴァージン・オリーブオイル

(2人分)

- ・マグロ(スライス).... 200g
 - ・小麦粉.... 適量
 - ・塩.... 適量
 - ・玉ねぎ(スライス).... 1/2個
 - ・ロゼワインビネガー.... 大さじ4
 - ・砂糖.... 大さじ1
 - ・黒こしょう.... 少々
 - ・パセリ(みじん切り).... 適量
- 材料
- ・オリーブオイル.... 適量

- ① マグロに塩、小麦粉をまぶす。
② フライパンに多めのオリーブオイルを入れ、(1)を揚げ焼きにする。
③ マグロを一旦器に上げ、玉ねぎをきつね色になるまで炒める。
④ (3)にロゼワインビネガーと砂糖を入れとろみが出るまで煮る。
手順 ⑤ (4)にマグロを入れ、黒こしょうとパセリで仕上げる。