

Pappillote aux dorade , palourde , legumes du jardin

「真鯛とアサリと山麓野菜のパピヨット (ホイル焼き)」



(4人分) 真鯛正身 300g 殻付きアサリ 300g にんにく 1/4 片 玉ねぎ 1/2 個 ジャがいも 2 個 トマト 1 個  
菜の花・ブロッコリー・カリフラワー等季節の野菜 タイム・ローリエ・フェンネル葉・塩・コショウ・バター・  
白ワイン・EXV オリーブオイル適量

1. 真鯛は鱗を落とし、内臓を抜き、頭を切り落とし、三枚におろし、腹骨をすき取り小骨を抜き、皮付きで切り身にし、皮面に切れ目を入れる。
2. 殻付きアサリは水洗いする。
3. にんにくはみじん切り、玉ねぎはスライスし、鍋で一緒にバターソテーし、塩・コショウする。
4. ジャがいもは塩茹でし、皮を剥き食べやすい大きさに切る。
5. トマトは賽の目に切り、ボールに入れ、塩・コショウ・EXV オリーブオイルで合える。
6. 季節の野菜は、食べやすい大きさに切り分け、軽く塩茹でし冷水で冷やし水を切る。
7. 大きめに切ったアルミホイルを広げ、半面の中央に 3 を置いて、両面に塩・コショウした 1 を載せ、2・4・6. を置き、5 と白ワインをかける。
8. 7 にタイム・ローリエを入れ、アルミホイルで包み、回りを閉じる。
9. 8 をオーブン用天板バットに載せ、200℃に熱したオーブンに入れ、10 分程火を入れる。
10. 全体的に火が入ったか確認し、そのまま皿にのせ、アルミホイルを開け、フェンネル葉を添える。

## MEMO

「奉書包み焼き」が本来の姿、紙に包んだ調理「パピヨット」を、便利なアルミホイルで美味しく仕立てます。富士山麓と駿河の山海の恵みに感謝して、春をありがたく包み、季節の温かいおもてなしはいかがですか。心地良いハーブの香りが、オシャレな演出を醸しています。

