

グレープフルーツと 長芋のマリネサラダ



おすすめワイン

オー・ポワトゥー ソーヴィニオン ブラン ガーランド

Haut Poitou Sauvignon Blanc GUIRLANDE 2012

フランス 750ml

レモングラス、グアバ、ジャスミンの素晴らしい芳香をもち、ニュージーランドの最も良いソーヴィニオン・ブランと比べることができます。



AEONLIQUOR

マリアージュ
Recipe

材料(4人分)

グレープフルーツ(ルビー)1個
長芋10cm
鶏ささみ2本
パルメザン適量
セルフィーユ2本
塩少々

(バジルソース)

※イオンリカーでお取り扱いしている「バジルソース」で、代用することができます。

バジルの葉30g
パルメザン10g
レモン汁小さじ1
グレープフルーツ果汁大さじ1
オリーブオイル80g
塩少々

作り方

- ①鶏ささみは筋を取り除いて、厚い部分に切り込みを入れて厚みを均等にする。
- ②軽く塩をふって、ふんわりとラップに包み、電子レンジで2〜3分加熱し、ひと口大に手でさく。
- ③グレープフルーツは小房に切り分ける。※果汁はソースに使用するので取って置く。
- ④長芋は皮をむいて1cm幅の棒状に切ってポウルに入れる。
- ⑤バジルソースの材料全てを、ミキサー、またはブレンダーで攪拌して塩で味をととのえる。

※イオンリカーでお取り扱いしている「バジルソース」で、代用することができます。

- ⑥⑤に④を加え混ぜ皿に盛る。鶏肉、グレープフルーツを盛り、パルメザン、セルフィーユを添える。