

鮎のリエット

合計加熱調理時間 約40分

[1人分：187kcal/ 食塩相当量：1.8g]

鮎の塩焼きと炒めタマネギを煮込んだ風味豊かなパテ。
大人の苦みがシャンパン、ワインとの相性抜群です。



材料（15人分）

鮎	10尾
塩	10g
タマネギ（薄切り）	1個
ニンニク（薄切り）	2かけ
オリーブオイル	大さじ1
<材料a>	
水	200cc
白ワイン	100cc
バター	80g
ローリエ	3枚
<材料b>	
オリーブオイル	大さじ2
白ワインビネガー	小さじ1
塩	小さじ1・ 1/2
粗びき黒こしょう	少々
<材料c>	
バケット（1cm幅に切る）	2本
ミニトマト（半分に切る）	45個
ルッコラ	150g
タイム（茎を取り除く）	適量
ピンクペッパー	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

15人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	100%	10分	200℃	—
2	コンビ	100%	30分	160℃	—

下ごしらえ

・鮎は腹を押さえてフンを除き、軽く水洗いしてぬめりを取る。

作り方

- 20mmの波型ホテルパン1枚に、鮎をのせて塩を振る。65mmのホテルパン1枚にタマネギ、ニンニクを入れ、オリーブオイルを回しかけ【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1の20mmの波型ホテルパンと65mmのホテルパンを取り出して、鮎は頭、尾、ヒレ、中骨を取り除く。
- 2の65mmのホテルパンに、2の鮎、<材料a>を入れ、【設定2】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、3のホテルパンを取り出し、粗熱を取る。<材料b>を加え、フードプロセッサーでペースト状にする。
- 器に盛り<材料c>を添え、タイム、ピンクペッパーを散らす。

調理ポイント ◆バケットは軽くトーストしてもよい。