



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ



今回は、いちじくの加工品を使ったレシピを紹介します。日持ちするように加工したいちじくは使いやすく、お料理のレパートリーが広がります。ぜひお試しください。(川上)

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

No.58 ホタテ貝のソテーのいちじくソース

材料(2人分)

ホタテ貝	6個	小松菜とベーコンのソテー
ディル	1枝	（ベーコン 1枚
白ワイン	大さじ2	小松菜 1株
塩		ブイヨン 100ml
胡椒		
バター		
オリーブオイル		



<作り方>

1. 小松菜とベーコンのソテーを作る。ベーコンと小松菜は5mm幅の細切りにする。鍋にバターを熱し、ベーコンをソテーして小松菜を加えて炒め、塩、胡椒、ブイヨンを加えて軽く煮込む。
2. ホタテ貝に、みじん切りしたディル、塩、胡椒、オリーブオイルをまぶし、フライパンにバターを熱し、ホタテ貝をこんがり焼いて取り出す。白ワインを加えて鍋底のうま味をそげ取り、いちじくピューレを加え、軽く煮詰める
3. 皿に、いちじくソースを流し、ホタテ貝をのせ、1でつくったソテーをのせる。

