

釣見のおすすめレシピ

## ～ 豚ヒレで作る 簡単サルティンボッカ ～

本来のサルティンボッカは薄切りにした子牛の肉に生ハムとセージを挟み、バターでソテーしたのですが言葉の意味は口の中へ飛び込む。(簡単に出来、すぐに食べられる)ということに由来しているとのことなのでお許しを。

### 材料 (2人前)

豚ヒレ肉	--- 300g
バター	--- 20g
生クリーム	--- 80cc
ローズマリー、タイム (セージや大葉でもOK)	--- 適宜
塩、こしょう	--- 各少々
ケッパー	--- 適宜
小麦粉	--- 適宜
ケーブル・ベイ マールポロ ソーヴィニヨン・ブラン	--- 30cc

### \*\*\* 作り方 \*\*\*

1. 豚ヒレは厚さ1.5cmくらいに切り、真ん中に切り込みを入れローズマリー、タイムなどのハーブ類の葉を細かく刻んで挟み、塩、コショウをします。
2. まな板の上でラップに挟んだ豚ヒレをめん棒でたたき、薄くのばします。
3. 豚ヒレに小麦粉を薄くまぶし、余分な粉は落とす。
4. フライパンにバターを適量溶かし、豚ヒレを入れて両面に焼き色をつけ、白ワインを少し入れて風味付け&フライパンの温度を下げます。その後に生クリーム80ccほど加え、煮詰めながら肉にからめケッパーを散らします。
5. 器に盛り、ハーブを添えれば出来上がり。

※ 豚ヒレは淡白なのでソースに生クリームを使って深みを持たせ、ケッパーの酸味をプラスすることでワインの酸味とのバランスを合わせてみました。また、複数のハーブを使い共通の香りを持たせてみました。

余談ですがこの日の前菜は真鯛のカルパッチョでしたが普段よりもディルを沢山使い、冷蔵庫にある茗荷とアーモンドを砕いたもの加えアクセントにしてみました。魚でも火を通した料理の方が合いそうでした！

