

「いわしのコンフィとカルローズ、

蟹身のトマトリゾットの湯葉巻き」

北山 匡彦 氏 下鴨デリ

(第4回「カルローズ」料理コンテスト2016 デリ部門 優秀賞作品)



《材料》

■酢飯

カルローズ 1/2 カップ
昆布 1枚
水 1/2 カップ
白ワインヴィネガー 小さじ1
砂糖 小さじ1
玉ねぎ 1/5個
赤玉ねぎ 1/5個
赤パプリカ 1/5個
黄パプリカ 1/5個
きゅうり 1/5本

■いわしのコンフィ

いわし(小) 3尾
オリーブオイル 100cc
グレープシードオイル 100cc
塩 6g
ニンニク 1片
ローリエ 2枚

《作り方》

■酢飯

①玉ねぎ～きゅうりまでの野菜をすべてみじん切りにし、30分間水にさらして、しっかりと水気を切っておく。
②カルローズ、水、昆布を合わせて炊く。粗熱が取れたら、①の野菜、白ワインヴィネガー、砂糖を混ぜ合わせる。

■いわしのコンフィ

いわしは頭と内蔵を取り除きよく洗う。その他の材料とともに鍋に入れ、沸かない程度の弱火にかけて約3時間加熱する。

■いわしの湯葉巻き

湯葉を広げ、大葉、酢飯、いわしのコンフィ、酢飯の順にのせてしっかりと巻く。

■かに身のリゾット 湯葉巻き

酢飯、トマトピューレ、塩、粉チーズを混ぜ合わせる。湯葉を広げ、バジル、①の順にのせてしっかりと巻く。

■仕上げ

2種の湯葉巻きを容器の高さに合わせてカットし盛り込む。すだちのスライスをのせる。

マスタードシート 適量

(分量は目安。保存が効くので適宜仕込む)

■いわしの湯葉巻き

酢飯の半量
いわしのコンフィ 3尾
湯葉 1枚
大葉 2枚

■蟹身のリゾット 湯葉巻き

酢飯の半量
蟹ほぐし身 30g
トマトピューレ 大さじ1
塩 適量
粉チーズ 適量
バジル 2枚

■仕上げ

すだち 2個