

白身魚のグリル アサリのソース

準備（2人分）

白身魚の切り身 100g 程度（皮付が良い）

アサリ 1パック

白ワイン 100cc

ニンニク 1片

オリーブオイル 少々

塩 少々

胡椒 少々（白、黒は好みで）

パセリ、バジルなど好みのハーブ



手順

切り身に塩、胡椒をするが皮目に塩を多目に振ってグリルで焼く。

フライパンにオイルを引き潰したニンニクを弱火で温めて香りを出す。

あらかじめアサリは洗って、フライパンに入れる。

火力を中火に上げてアサリが開く前に白ワインを入れて蓋をする。

アサリが開いた所で一度アサリを取り除く。

アサリの水分とオイルが白く濁ってとろみが付くまで煮詰める。

塩加減を見て、胡椒で味を調える。

皿にアサリのソースを引いて、グリルで焼いた魚を盛り付ける。

好みにパセリ、バジルなど使う。

アサリは盛り付けても、白ワイン蒸しとして単品で食してもいい。