



195
Kcal



▲オリーブオイルは皿にたっぷり。ジャガイモがカリッと焼き上がります。



▲スライスしたジャガイモはトランプをイメージすると素早くキレイに。

庄内
浜文化
伝道師

調理担当

アル・ケッチャーノ
オーナーシェフ

奥田 政行



アル・ケッチャーノ
鶴岡市下山添一里塚83 tel.0235-78-7230

並べて重ねて焼くだけ！イタリアの郷土料理で旬を楽しもう！

口細のインゾラーナ風



材料(4人分)

| | |
|------------|------|
| 口細カレイ | 1尾 |
| ジャガイモ | 2個 |
| アンチョビー | 小さじ1 |
| オリーブオイル | 適量 |
| 塩 | 適量 |
| レモンスライス | 3枚 |
| にんにく | 2片 |
| 香草(ローズマリー) | 適量 |



- 1 ジャガイモは輪切りに薄くスライス
- 2 皿にオリーブオイルをたっぷり入れ、ジャガイモを敷き詰める
- 3 魚のウロコと内蔵を取り、水洗いして水気を拭き取る
- 4 魚の背の側線に切れ目を入れ、塩をふってから
2のジャガイモの上に乗せる
※魚が新鮮だとコショウで臭みを消す必要がない
- 5 レモンスライス、アンチョビー、ニンニク、香草を散らす
- 6 オーブンで約15分焼く(温度180℃)
※家庭用の魚焼き器でも美味しく焼き上がります

クチボソの旨さに思わず大口で！

