

# QUEEN'S RECIPE from Instagram



トマトの甘みと魚介の旨みが  
合わさった絶品料理！

## 黄金トマトとサバ缶のブイヤベース風

### 材料 (2人分)

幻の黄金トマト ……1缶(400g)	にんにく ……1かけ
さば水煮缶 ……1缶(150g)	白ワイン ……50ml
あさり ……200g	水 ……200ml
塩(塩水用) ……適量	塩 ……小さじ1
えび(無頭) ……6尾	こしょう ……少々
玉ねぎ ……1/2個	オリーブ油 ……大さじ2
	イタリアンパセリ ……適量

### 作り方 (調理時間:約15分)

- 1 塩水(約3%濃度)をバット又はボウルに用意する。
- 2 あさを①に入れ、冷暗所又は冷蔵庫に30分以上おき、砂抜きをする。
- 3 ②を流水でこすり洗い、水気を切る。
- 4 えびは背わたを取り、玉ねぎ、にんにく、イタリアンパセリは粗みじん切りにする。
- 5 鍋にオリーブ油を入れ熱し、にんにくを加え香りがしてきたら、玉ねぎを加えしんなりするまでいためる。
- 6 あさり、えび、白ワイン、水を入れて蓋をして3分加熱したら蓋を開けて塩、こしょうをする。
- 7 幻の黄金トマトを加え中火にかけ煮立ったら、サバ缶を汁ごと加えて更に2分くらい煮る。
- 8 器に盛り付け、イタリアンパセリをかける。



〈レシピ使用商品〉  
TIARLUM 幻の黄金トマト