



第36回

浜名湖産ハマグリと
春野菜のナージュ



浜名湖産ハマグリ

※ナージュとは:フランス語で「泳ぐ」という意味があります。貝などをゆでて、そのゆで汁を使ったブイヨンソースとして使う料理です。

材料(2人分)

- ニンニク:1片
- エキストラバージンオリーブオイル:適量
- 生ノリ:少々 浜松パワーフード
- バゲット:適量
- A
 - ハマグリ:6個 浜松パワーフード
 - 白ワイン(または料理酒):30g
 - 水:40cc
- バター:20g
- レモン汁:少々
- 春野菜(菜の花やブロッコリーなど):適量
- ディル(またはパセリ):少々 浜松パワーフード

作り方【調理時間:20分程度】

- ① ニンニクの皮をむき、つぶす
- ② バゲットを切って表面にニンニクをすり付け、エキストラバージンオリーブオイルを塗り、生ノリを乗せてトーストしておく
- ③ 残りのニンニクとオリーブオイルを鍋に入れ、弱火にかけて香りを出す
- ④ Aを加え、強火にして火を通す
- ⑤ ハマグリを取り出し、煮汁をおよそ20ccに煮詰めて火を止める。冷えたバターを混ぜながら余熱で溶かし、レモン汁を入れて味を調える
- POINT! バターは、よく冷えたものを1cm角に切ってください
- ⑥ 塩ゆでした春野菜とハマグリをお皿に盛り、⑤で作ったバターソースを回しかけてディルを散らす
- ⑦ ②を添えて完成!

レシピ提供者から一言

ハマグリ代わりにアサリでもおいしく食べられます。作り方⑤で使用するバターはエキストラバージンオリーブオイルでも代用できます!



レシピ提供者
bistro Le Fond 代表
水野 厚雄 さん

ホテルや、フランスの星付きレストランで経験を積んだ後、2017年 bistro Le Fond を開業。

三遠南信 ふれあいウォーク

《東三河地域255》

まちなかが大道芸の劇場に変身!
とよはしアートフェスティバル

世界で活躍する大道芸人たちが磨き上げた妙技を披露する、大道芸の祭典「とよはしアートフェスティバル2023 大道芸inとよはし」。今年は4年ぶりに豊橋のまちなかを舞台に、

屋外で開催します! マイムにコメディ、アクロバット、中国雑伎、舞踏など多彩なパフォーマンスが観客を魅了し、まちなかを劇場に変える2日間をぜひ、お楽しみください!

日時:5月4日(木)・5日(金)
場所:穂の国とよはし芸術劇場「プラット」(西小田原町)、豊橋駅南口駅前広場、こども未来館「ここにこ」ほか
その他:スケジュールなど詳細は穂の国とよはし芸術劇場ホームページ参照
問合せ:プラットチケットセンター
(☎0532-39-3090 ※4月17日(月)を除く。10:00~19:00)



ホームページ

HP▶とよはし芸術劇場 検索



「三遠南信ふれあいウォーク」は、浜松・豊橋・飯田の三市で共同制作しています。