

1月6日 たこのトマト煮込み

by MAIKO SAITO

お正月のおせち料理にもあきたころでは？！
イタリア風のやわらかたこの煮込み料理で手軽におもてなし。



～材 料～

トマトソース : ニンニク 2カケ
オリーブオイル 大さじ1
ホールトマト 1缶
ローリエ 1枚、塩 少々

ボイル真だこ 1 (中サイズ約600g)
ブイヨン 1コ
白ワイン 大さじ3
オリーブオイル 大さじ1
炭酸水 200g
塩・こしょう 適量
フレッシュバジル 1枚

～作り方～

1. トマトソースを作ります。鍋(煮込み料理はやっぱりルクルーゼ!)にオリーブオイル大さじ1をひき、スライスしたニンニク2カケを香りが出るまで炒める(弱火)。
2. ホールトマトを1に入れ、ローリエを加え、つぶしながら煮る(中火)。5分ほど煮たら火を止める。
3. たこの足は1本ずつに、頭は適当に切り分け、よく水洗いし、水気をきっておく。
4. フライパンにオリーブオイル大さじ1をひき、3をかるく炒める。塩コショウし、白ワインをふりかける。
5. 2に4を流し入れ、炭酸水(ココがpoint!)を加え、強火で10分、中火で30分ほど煮込む。最後に塩で味を整える。
6. お皿に盛り付け、フレッシュバジルを飾る。

MAIKOから一言

炭酸水で煮込むことによって、たこがとっても柔らかくなります。お水での代用はできませんので必ず炭酸水を用意してください。大皿に盛り付け、取り分けて頂いてもよいのでは。おもてなし料理におすすめです。

～ おすすめアイテム ～

＊詳細は画像をクリックして下さい。

ルクルーゼ
ココットロンド

