

お料理 クリップ

気軽にさっぱりエスニック

本文レシピ／大阪ガスッキングスクール 撮影／東谷幸一

アサリと トマトの汁麺

ベトナムの米麺料理を、なじみ深い素麺で。アサリの旨味にトマトの酸味を加えた夏向きの味わいです。

■材料 (4人分)

アサリ……………400g
水……………1200ml (目安)
酒……………大さじ2
ニンニク……………1片→みじん切りに
トマト……………2個→種を除いてざく切りに
セロリ……………½本→筋を取って斜め薄切りに
サラダ油……………適量
素麺……………4束 (200g)

フライドオニオン、黒コショウ、香菜…各適宜

A [ナンプラー* …大さじ2
砂糖……………小さじ2
塩……………少々

*またはニョクナム。薄口醤油でも代用可。

■作り方

- 1 アサリはバットに並べて3%程度の塩水に浸し、アルミホイルや新聞で覆い、1~2時間置いて砂抜きをする(写真)。
- 2 鍋に洗ったアサリ、水600ml、酒を入れて強火にかけ、口が開いたら火を止める。粗熱が取れたらスープをこし、水を足して1200mlにする。
- 3 フライパンに油を入れてニンニク、トマト、セロリを順に加えて炒める。更に2のスープを加えて沸騰させ、アサリを戻し入れた後、Aで味を調える。
- 4 素麺をゆでて流水でもみ洗いし、器に盛って3を注ぐ。フライドオニオン、黒コショウ、香菜を好みで散らす。

塩水量はアサリの頭が出る程度。暗い環境で砂を吐く



■アサリが砂抜き中に窒息しないよう、アルミホイルなどをかぶせる時は数か所穴を開けておきます。

ポイント！

