◎◎　蟹と蕪・菜の花のグラタン　◎◎

2015年1月のレシピ②

レシピ提供：シトロン　ヨーコ先生

旬の素材に卵黄をベースにしたサヴァイヨンソースをのせてグラタンに仕上げました。

■材料（２人前）

蕪	1/2個
菜の花	２本
蟹のほぐし身	６０ｇ
A卵黄	１個
A白ワイン	大さじ１
A米酢	大さじ１
A塩	ふたつまみ
溶かしたバター	３０ｇ

1 蕪は６個の串切りにする。鍋に水、塩少々、蕪を入れて火にかける。蕪に火が通ったら取り出し、同じ茹で菜の花を茹でる。菜の花はザルに上げて冷まし、３㎝長さに切る。

2 フライパンに分量の溶かしバターから小さじ１を温め、①の蕪・菜の花を炒める。火は通っているので全体の水分が飛び、バターの香りが付けばよい。火を止め、蟹のほぐし身を加え塩で味を整える。

3 ボウルにAを入れる。①の湯を７０℃くらいに調整し、ボウルをのせ、湯銭にあてる。ゴムベラでよく混ぜ、全体に濃度がついたら湯銭からはずし、溶かしバターを少しづつ加えホイッパーで混ぜる。

4 耐熱皿に②の具材をのせ、上に③のソースをかける。

5 トースターで焼き色が付くまで焼く。

※湯煎にかけるとき、となりに濡れぶきんを用意しておくとよいです。急に濃度がついてきたら一度濡れぶきんの上にボウルを置くと濃度の調整がしやすいですよ！

Cirton　ヨーコ先生の“グラタンとは！？”

フランス発祥の、表面に焼き色をつけた料理。日本の家庭でおなじみのホワイトソースの他に、今回のサヴァイヨンソースやマヨネーズ、カスタードソースでのデザートグラタンなど様々なグラタンがあります。
今回のサヴァイヨンソースは焼かずに白身魚やエッグベネディクトのソースにもなります。また、貝類との相性も良いので、アレンジで牡蠣やムール貝にかけて殻ごとグラタンにしても美味しいですよ。