

◎ 桜鱒のキャベツ包み ◎

■材 料 (2人分)

春キャベツの葉	大	1枚
桜鱒	4切れ	約350g
A塩		小さじ2/3
A白ワイン		小さじ1
ディル		2枝
B白ワイン		50ml
生クリーム		大さじ2
バター		5g
塩・コショウ		適量



- 1 大き目の鍋に湯を沸かし塩(分量外)を加える。キャベツの葉を柔らかくなるまで約2分ゆで、冷水にとる。キャベツの芯の部分の葉と同じ厚みに包丁でそぐ。ディルは茎を取り除いて葉のみにしておく。
- 2 桜鱒は皮を下にして置き、皮と身のあいだに包丁を入れて皮を引きながら包丁を前後に動かして皮を取り除く。両面にAの塩・ワインをふりかけ、10分置く。キッチンペーパーで水けをしっかりとふき白コショウをふる。
- 3 ごはん茶碗にキャベツの葉を敷き込み、薄力粉を薄く振る。その上に桜鱒、ディルを4層にする。茶碗から出ているキャベツの葉で全体を覆う。表面は平らになるように仕上げる。茹で上がった蒸し器で17分蒸す。
- 4 蒸しあがったら、火傷をしないように軍手などをしてザルの上に茶碗を逆さにして出す。蒸したときに出る汁を大さじ1とっておく。
- 5 小鍋にB白ワインを入れて沸かし、1/3量になるまで煮詰める。④の蒸し汁、生クリームを加え弱火で沸かし、塩・白コショウで味を整える。バターを加えよく混ぜる。
- 6 桜鱒のキャベツ包みを半分に切り、皿の中央に盛り付ける。④のソースを添える。

■桜鱒 さくらます■

桜鱒は鮭の仲間です。川で生まれ川に残ったものはヤマメに。海に出たものは鱒になります。地域によっては真鱒と呼ばれ、桜の季節に戻ってくることや身が桜色をイメージさせることから名が付けました。上品な脂がのった高級魚です。見つけたら是非作ってみてくださいね。鱒が手に入らないときはサーモンで代用してください。

