

◎ モッツアレラチーズとデコポンのサラダ ◎

2021年5月のレシピ②
レシピ提供：シトロン ヨーコ先

甘みのあるジューシーな柑橘とトマトを蜂蜜のドレッシングであえてモッツアレラチーズに添えました。
簡単で存在感のある前菜、ダイナミックな盛り付けもお楽しみください。

■材料（1皿2人分）

モッツアレラチーズ	1個
デコポン	1個
甘いプチトマト	3個
ミントの葉	適量
ベビーリーフ	適量
美味しい塩	適量
粗く砕いたコショウ	適量
Aはちみつ	小さじ1
A赤ワインビネガーか米酢	小さじ1
EX.V.オリーブオイル	大さじ1



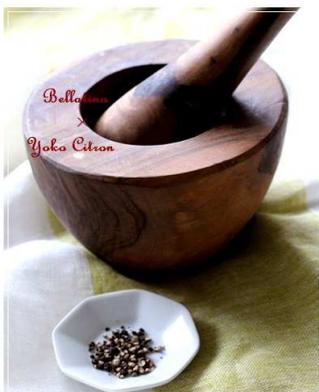
@Bellatina

◆モッツアレラチーズ◆

牛乳や水牛の乳で作られたフレッシュタイプの白くて丸いチーズ。原産はカンパーニャ州。チーズ工房で作ったことがあるのですが熱湯の中でチーズの塊をちぎって伸ばしを繰り返し独特の繊維質の食感を出していきます。「ちぎる」という意味のイタリア語が語源だそう。塩味がないのでしっかりと美味しい塩をかけるのがポイント。

◆砕いたコショウ◆

コショウは引き立てが薫り高くて美味しいもの。粗く砕いてがりがりとした食感と力強さを添えたくてたっぷり振りかけました。オリーブのすり鉢(モルタル)であっという間に好みの粗さに砕けます。レストランに勤めていた時は鍋の底でガンガン潰していましたが女性の私にはなかなかハードな仕事でした(笑)
粗く砕いたコショウは卵料理やステーキに添えても美味しいです。



1

ボウルにAと塩を入れ塩が溶けるまでホイッパーで混ぜる。
少しずつエキストラヴァージンオリーブオイルを加えていく。

2

プチトマトを横半分にする。デコポンの皮を包丁でむき、横5枚に切る。
トマトと一緒にボウルに入れ①のドレッシングの半量を加えて軽く混ぜ5分以上マリネしておく。

3

キッチンペーパーにモッツアレラチーズをのせて水気を切る。

4

皿にデコポン・トマトを広げるようにのせ、中心にモッツアレラチーズをのせる。
ベビーリーフ、ミントの葉を彩りよくのせ、残りのドレッシングを回しかける。モッツアレラチーズの上に塩と胡椒をたっぷりのせる。

