鮭のアクアパッツア

	4人分	作り方
あさり（殻つき）	250g	① あさりは砂出しをしておき、鮭は塩、こしょうをしておく。
鮭	4切れ	② ミニトマトはへたを取り、半分に切る。ピーマンと黄パプリカ
塩	少々	は種を取って細切りにする。にんにくはたたいてつぶし、
こしょう	少々	赤唐辛子は種を取る。
ミニトマト	12個	③ フライパンにオリーブ油とにんにく、赤唐辛子を入れて
ピーマン	2個	火にかけ、香りがでたら、鮭を入れて両面を焼く。
黄パプリカ	1/2個	④ 次にあさり、ミニトマト、ピーマン、黄パプリカと白ワイン
にんにく	1かけ	を加えて蓋をして、中火で10分程蒸し煮にする。
赤唐辛子	1本	⑤ あさりが開いて、鮭に火が通れば盛り付ける。
オリーブ油	大さじ2	
白ワイン	大さじ4	

ジャーマンポテト

	4人分	作り方
じゃが芋	400g	① じゃが芋は皮をむいていちょう切りにし、固めに茹でる。
ベーコン	40g	アスパラガスは2cm長さに切り、下茹でする。
玉葱	85g	パセリはみじん切りにする。
アスパラガス	2本	② 玉葱とベーコンは1cm角に切る。
パセリ	少々	③ フライパンにバターを入れて溶けてきたら、
バター	10g	玉葱、じゃが芋、ベーコンを入れて炒める。
塩	少々	④ じゃが芋に焦げ目がついてきたら、
こしょう	少々	アスパラガスを加える。
		⑤ 塩、こしょうで味を整えて仕上げ、皿に盛って
		パセリを散らす。