

## 真鯛とたけのこのアクアパッツァ



### ー材料（4人分）

タケノコ(水煮)	200 g
真鯛	4切れ
あさり	300 g
ミニトマト	10個
にんにく	1片
油	少々
オリーブ油	大さじ1
白ワイン	100cc
塩	少々
こしょう	少々
刻みパセリ	少々

### ー作り方

- ① 真鯛は食べやすい大きさに切り、塩をふっておく  
あさは砂抜きをし、よく洗う タケノコは食べやすい大きさに切る  
にんにくはみじん切りにする
- ② フライパンにオリーブ油、にんにくを入れて熱し香りが立ってきたらキッチンペーパーで拭いた真鯛を入れて両面焼く
- ③ タケノコ、あさり、トマト、白ワインを加えて蓋をし、蒸し煮にする
- ④ あさが開いたら塩こしょうで味を調え、パセリをちらす
- ⑤ できあがり！