

## パルマ生ハムとうずら豆の小鳥風の煮込み



調理時間: 25 min.

難易度: 難易度低

### 原材料 (4人分)

#### ● 原材料

- パッサータディボモドーロ (裏ごしトマト) トマトピューレ 350g 200g
- セージ 数枚
- ローズマリー 1つ
- ニンニクふたかけ
- エクストラバージンオリーブオイル 少々
- 乾燥うずら豆 300G
- 塩 少々
- パルマ産生ハム 厚めのスライス 200G
- 黒コショウ 少々

このレシピに使用された材料:



## 下準備

1. うずら豆は8時間程水に漬けておき、厚手の鍋に入れひたひたよりも多めの水を加えます。
2. 強火で一気に豆の鍋を沸騰させ、沸騰したら弱火にして約20分豆が柔らかくなるまで茹でます。
3. うずら豆に火が通ったら、別のフライパンにニンニク、セージと少々のおリーブオイルを加え、香りを立たせます。
4. 数分後ボミのカットトマトを加え、少し煮詰めておきます。
5. そこへうずら豆を加え、塩と胡椒で味を調えさらに15分程煮込みます。
6. 別のフライパンに細長く切った生ハムをカリカリになるように火を通します。
7. 深めのお皿に「うずら豆」のトマト煮と、カリカリにした生ハムをたっぷり乗せ、ローズマリーを飾って出来上がり。