海老とアスパラガスのトマトチリソース



調理時間: 30 min.
難易度: 難易度中

原材料 (2 人分)

- **原材料**
  - パッサータディポモドーロ（裏ごしトマト）トマトピューレ 700g 300 gr
  - ニンニク ひとかけ
  - アスパラガス 4本
  - グリーンピース 適量
  - 乾燥唐辛子 2個
  - 卵白 2個分
  - 塩 適量
  - オリーブ油 適量
  - アルゼンチン海老 15尾
  - 片栗粉 大匙 1
  - 生姜 ひとかけ
  - 砂糖 小匙 1
  - 米酢 小匙 1
  - 胡椒 適量
  - 長ネギ 一本

このレシピに使用された材料：



下準備

まずはアルゼンチン海老の下処理をします。

海老の殻をむき、背ワタを取り除き、卵白一つと塩少々を加えもみ込んでから洗い、よくキッチンペーパーで水気を拭き取ります。

次にトマトのチリソースを作ります。

生姜、ニンニク、長ネギをそれぞれみじん切りにし、オリーブ油と唐辛子を入れたフライパンを中火で温めてみじん切りしたものを全て加えます。香りがたってきたらパッサータディポモドーロを加え、火が通ったらそこに砂糖と米酢を加え、塩と胡椒で味の調節をします。

アスパラガスと、グリーンピースは軽く茹でてすぐに冷水に通します。

海老に塩少々、卵白1個分と片栗粉を加え、良く混ぜ合わせてオリーブ油をひいて温めたフライパンで両面色が変わるまで火を入れ、白ワインを加えて蓋をし、数分弱火で中まで火を通します。

トマトのチリソースのフライパンに海老、アスパラガスとグリーンピースを加えて全体に良く混ぜ合わせて出来上がり。

- Saori Suzuki