キハダマグロソースのスペルト麦と揚げセージ

調理時間: 25 min.
難易度: 難易度中

原材料 (4人)

- **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 ml
  - ビール 1 カップ
  - 乾燥パールスペルト麦 400 g
  - 塩 適量
  - 新鮮なキハダマグロ 200 g
  - セージの葉　数枚

このレシピに使用された材料：

下準備

キハダマグロを小さい角切りにし、フライパンにニンニクと少量のオイルを入れて炒め、ビールを加えて味を染み込ませる。味がしみこんだら**パッサータ ディ ポモドーロ**（裏ごしトマトソース）を加えて5分間煮る。
スペルト麦を沸騰したたっぷりのお湯で茹でて、ソースと混ぜ合わせる。
飾り付けのためのセージの葉に小麦粉をまぶして揚げておく。
揚げたセージの葉と少量の生のオイルをつけて召し上がれ。