

## スズキとサーモンのハーブマリネマンゴー&コリアンダーのソース

### 6人分の材料

魚のマリネ用

骨と皮なしのスズキの切り身 300g

骨と皮なしのサーモンの切り身 300g

ウイキョウ(フェンネル)3枝

ミント3枝

ピンクペッパー5g

オリーブオイル 100ml

塩、こしょう

ソース

マンゴー2分の1個

30ml シャブリー 30ml

オリーブオイル 100ml

コリアンダー粒 5g

下準備に必要な時間 : 30分

加熱時間 : 5分

休息时间 : 20分



**セレクトワイン** : シャブリー 2009, ドメーヌ ジャン=ポール&ブノワ・ドロワン

### 作り方

魚の切り身を薄切りにします。

6枚の冷やした皿に、サケとスズキを交互に並べ、塩コショウで味付けします。

ウイキョウとミントを洗って水切りし、みじん切りにします。

オリーブオイル、ローズペッパー、みじん切りにしたハーブをボールにとり、よく混ぜ合わせます。

スプーン一杯程度の量を魚に振り掛けます。皿にラップをかけて、冷蔵庫で最低 15分なじませます。

マンゴーの皮をむき、小さなサイコロ型に切ります。

鍋にオリーブオイルを取って軽く熱し、砕いたコリアンダーを加えます。

火を止めて、オイルが完全に冷めるまでそのまま置いて、香り移します。

このオイルを濾し、シャブリーを加えて塩コショウで味を調えます。

最後にカットしたマンゴーを加えます。

サーブする直前にラップを外し、スプーン1杯のマンゴーソースを加えてください。

### シェフのアドバイス

トーストしたパン・ド・カンパーニュと、アボガドのサラダとともにサーブすることをお勧めします。