

焼きカブのバーニャカウダーソース添え

材 料【2人分】

ニンニク… 3～4 かけ (30 g)

牛乳…適量

水…牛乳と同量

アンチョビ…30 g

オリーブ油…40cc

カブ…中 1 個

塩…少々

パプリカ (赤、黄、オレンジ) …各1/2個

サトイモ… 2 個

作り方

- ① 小なべにニンニクと、かぶる程度の水、牛乳を入れ、弱火で5分煮込む。
- ② 取り出したニンニクとアンチョビをすりつぶし、小なべで温めながらオリーブ油でのばす。好みて①の残り汁を加え味を調える。
- ③ カブの葉は軽く塩ゆでして5cmに切り、軸を束ね葉で結ぶ。
- ④ カブ根部はくし形に8等分、パプリカは1.5cmの縦切り、サトイモは1cmの輪切りにし、直火かフライパンで焼き色をつける。
- ⑤ ②を再度温め、野菜につけて食べる。

