

魚のラビゴットソース

材料	2人分	材料	2人分
タラ	2切れ	パセリ	少々
塩・胡椒	各少量	酢-	小さじ4
小麦粉	適量	サラダ油	大さじ1
揚げ油	適量	塩	小さじ1/4
トマト	小 1/2 個	胡椒	少々
玉葱	小 1/4 個	レモン・レタス	適量
セロリ	5cm		

《作り方》

1. トマトは湯向きをし、5ミリ程度の角切りにする。
2. 玉葱、セロリは、3ミリ程度の角切り、パセリはみじん切りにし、水にさらし、水気を絞る。
3. ボールに酢・サラダ油・塩・胡椒を混ぜ合わせ、2を加え、味をなじませる。
4. 魚に塩と胡椒で下味をし、しばらく置いてから水気を拭き取る。
5. 小麦粉を4に適量まぶし180度の油で色付く程度に揚げる。
6. 一口サイズに切ったレタスを皿に盛り、5を盛り付け、3を彩りよく上にかける。スライスに切ったレモンとパセリを添える。

★ソースは焼き野菜や白身魚の刺身、ソテー等にもよく合います

