

ほたてのカルピオーネ

材料

ほたて	12 個
玉葱	1 玉
人参	1/2 本
片栗粉	100g

調味料マリネ液

オリーブオイル	100ml
白ワイン	100ml
ビネガー	100ml
砂糖	20g
塩	10g
ブラックペッパー	ひとつまみ

作り方

- ① ボウルに白ワイン・ビネガー・砂糖・塩を入れよく混ぜます。
- ② さらによく攪拌させながらオリーブオイルとブラックペッパーを加えます。
- ③ 人参は細切り、玉葱は厚さ 2mm ほどのスライスに切ります。
- ④ 深めのフライパンに油を少し敷いて③を火が通り軽くクタクタになるまで炒めます。
- ⑤ ④に②の液（マリネ液）を加え煮立たせます。
- ⑥ ほたてに片栗粉を満遍なくまぶして、175～180℃の油で揚げます。
- ⑦ 揚げたほたてをボウル等の容器に移して、⑤をかけて冷蔵庫で 1 時間以上寝かせてから器に盛って完成です。