

◎ 鴨のパストラミとキウイとぶどうの サラダ仕立て バルサミコソース◎

2024年9月のレシピ①

レシピ提供：ばん くみこ先生

■材料（2人分）

合鴨パストラミ	1/2個
キウイ	1個
ぶどう（種なし）	10個
ベビーリーフ	1袋
くるみ	適量

【バルサミコソース】

バルサミコ	50cc
蜂蜜	大さじ1
オイスターソース	小さじ1
塩・黒胡椒	適量



■コメント■

9月になりましたが、まだまだ暑い日が続くので、火をあまり使わない秋を感じる簡単なフルーツサラダです。

鴨はフルーツによくあいますよね。鴨のパストラミは自分で作るより、購入したほうが手軽かな？と思いました。牛のパストラミやローストビーフに変えていただいても大丈夫です。

鴨のパストラミを作る場合は、一晩たれにつけこんで低温調理機で作ると上手に作れます。燻製ではないので、なんちゃってパストラミになりますが。



1

バルサミコは煮詰め、とろっとしてきたら蜂蜜とオイスターソースを加え、塩・黒胡椒で味をととのえる。くるみは粗めに砕いておく。

2

パストラミは軽く加熱してからスライスする。キウイは皮をむいて半月切り、ぶどうは半分に切る。

3

ベビーリーフを皿に盛り、パストラミ・キウイ・ぶどうをのせる。くるみを散らし、バルサミコソースをかける。