

Marinated white fish

白身魚のマリネ

by Chef Masahito Ueki / 植木将仁シェフ監修



Serves: 4 px
4 人分

Preparation time: 3 hours 20 minutes
準備時間: 3時間20分 (さんじかんにじゅつぷん)

INGREDIENTS / 材料

120 gr / 120g	Ham	ハム	Portugal / ポルトガル	
10 gr / 10g	Anchovy fillet	アンチョビフィレ	Italy / イタリア	
25 cc / 25cc	Extra virgin olive oil	エキストラバージンオリーブオイル	Organic	Greece / ギリシャ
40 gr / 40g	Comté	チーズ (コンテ)	PDO	France / フランス
To taste / お好みで	Sel de Guérande / Fleur de sel de Guérande	塩 (ゲラント)	PGI	France / フランス
50 cc / 50cc	Apple vinegar	アップルビネガー	Austria / オーストリア	
To taste / お好みで	Vegetable spread	ヴェジタブルスブレッド	Bulgaria / ブルガリア	

PREPARATION / つくり方

01	Sandwich the sliced fresh white fish between pieces of ham.	スライスした新鮮な白身魚をハムの間に挟む。
02	Marinate for about 3 hours, then remove only the white fish.	約3時間マリネし、白身魚だけを取り出す。
Prepare the dressing:		ドレッシングを用意する:
01	Finely chop the parsley, anchovies, and onion (rub the onion with salt, rinse with water, and drain well). Mix the remaining ingredients in a bowl, then add the chopped ingredients to complete the dressing. Adjust the taste with Guérande salt.	パセリ、アンチョビ、玉ねぎをみじん切りにする (玉ねぎは塩でもみ、水で洗って水気をよく切る)。残りの材料をボウルに入れて混ぜ、みじん切りにした材料を加えてドレッシングを完成させる。ゲラントの塩で味を整える。
Plating		盛り付け
01	Arrange the marinated white fish on a plate. Drizzle with the prepared dressing. Place the vegetable spread around the fish. Top with baby leaf greens. Finish with sliced Comté cheese and edible flowers for garnish.	マリネした白身魚を皿に盛る。のベジタブルスブレッドを魚の周りにかける。ベビーリーフをのせる。仕上げにスライスしたコンテチーズとエディブルフラワーを飾る。

EU QUALITY SCHEMES / EU品質認証制度



The PDO (Protected Designation of Origin) and PGI (Protected Geographical Indication) logos on food and beverages from the regions that follow particular traditional production processes. They are a guarantee of authenticity and quality.

PDO (原産地呼称保護) やPGI (地理的表示保護) のロゴは、特定の伝統的な生産方法に従った地域の食品や飲料に付けられるものです。これらのロゴは製品の信頼性と品質をあきらかにするものです。



This label ensures that products certified as organic have fulfilled strict conditions on how they must be produced, processed, transported and stored, with a limited environmental impact. It encourages responsible use of energy and natural resources; maintenance of biodiversity and a high standard of animal welfare.

この表示は、オーガニックと認証された商品が、生産・加工・輸送・貯蔵の方法に関する厳しい規則を遵守し、環境への影響に配慮したものであることを保証します。生物多様性の維持、高水準の動物福祉など、エネルギーや天然資源を責任をもって使用していることを示すものです。



EUROPEAN UNION

