

サーモンのクリスマステリーヌ



◆パウンド型 1本分

サーモンの生地

サーモン（生切り身）	…300g
卵白	…1個分
生クリーム （乳脂肪分35%以上）	…120～150ml （固さを見ながら調整）
白ワイン	…20ml
レモン汁	…小さじ2
塩	…4g
砂糖	…2g

帆立の生地

帆立（刺身用）	…150g
卵白	…1個分
生クリーム	…50ml （固さを見ながら調整）
白ワイン	…10ml
塩	…2g
砂糖	…1g
いんげん	…適量

ソース

ヨーグルト	…大さじ2
マヨネーズ	…大さじ1
ディル	…適量 （生みじん切りかドライ）

1. 水気を拭いた帆立と卵白をフードプロセッサーに入れ、粘りが出るまで回す。止めたら、白ワインを入れ、更に回す。
2. 生クリームを少しずつ加えながら回し、最後に塩と砂糖を足して混ぜ合わせる。
3. 生地を型に流し込みスパチュラでならしておく。（空気を抜く）
※パウンド型にはバターを塗っておく（ない場合はラップを敷いてもOK）
4. 上記と同じ工程をサーモンで行い生地を作る
☆サーモンは油の少ない天然ものの鮭が良いが、脂多めのものを使う場合はクリームを少なくすること
5. 「3」の上に茹でたアスパラ（もしくはいんげん）をのせ、「4」の生地を流し込み、ならす。ラップをかけておく。
6. 蒸し器で40分蒸す（極弱火）※オーブン湯煎焼きや、スチームでも可
7. 蒸し上がったら氷水で冷まし、しっかり冷えたら型から出す
8. 好みの厚さに切り、器に野菜を盛り、テリーヌを置き、ソース・ディルで飾り、完成

Point なるべく気泡が入らないように生地を詰め、空気を抜く。

Point サーモンの生地と帆立の生地の固さを合わせる。

今回はパウンド型にしていますが、専用の陶器のテリーヌ型の場合は、焼き時間を調整してください。パウンド型の代用となるものは、陶器のココットや牛乳パックなど。透明のちいさなグラスなどで作って、そのまま前菜で出すのもスタイリッシュでパーティーなどにも向いています。豪華に仕上げたければ、いくらを飾るのも○

サーモンは気血を補い、貧血や冷え性を解消してくれる冬におすすめの食材です。
赤い色素の素であるアスタキサンチンには強い抗酸化作用があり、老化防止、生活習慣病予防にも効果的です。



※レシピの無断転載はご遠慮ください。