ハーブチキンニソワーズサンドイッチ

名前: 公文 睦子 @ FOOD & LIFE LAB.BLUE

調理時間:約30分　分量:2人分

ハーブ＆ペッパーが効いた香ばしいチキンと、彩り豊かなサラダをたっぷりサンド。

Point

ニソワーズサラダにグリルチキンを加えた、ボリュームのあるサンドイッチ。オリーブオイルと溶かしバター、粒マスタードで作るドレッシングとよく合います。春のピクニックなど、気軽にどこでも楽しめて、お腹も大満足の料理です。

調理のコツ

チキンはこんがりと香ばしく焼きましょう。オリーブオイルと溶かしバターを混ぜることで、コクと香りが豊かになります。

材料

カンパーニュスライス	4枚
オリーブオイル	50cc
溶かしバター	50cc
鶏もも肉	1枚
ニンニク	1片
タイム・ローズマリー	1枝
粒マスタード	大さじ半分
卵	適量
アンチョビ	適量
オリーブ	適量
レモン汁	大さじ1
お好みの野菜	適量
塩・黒胡椒	適量

手順

① 鶏もも肉に、塩、黒胡椒を振り、タイムとローズマリーと一緒にこんがりと焼きます。
② オリーブオイル、溶かしバター、すりおろしたニンニク、粒マスタード、レモン汁、塩、黒胡椒を混ぜます。
③ スライスしたカンパーニュをこんがりと焼き、【2】を表面に塗ります。
④ 【2】のソース（残り）を間にかけながら、ゆで卵、アンチョビ、オリーブ、そしてお好みの茹で野菜や生野菜をカンパーニュではさんで完成。

このレシピに合うワインは… カベルネ・ソーヴィニヨン（春にオススメ）

ハーブが香るグリルチキンとフレッシュな野菜、オリーブ、アンチョビなど、複雑な味のバランスが、カベルネ・ソーヴィニヨンの果実味あふれる凝縮感とピッタリ合います。