

3種のブルスケッタ



～ フレッシュトマトとバジル ～

【材料】

| | | | |
|---------|----|------------|----|
| 薄切りバケット | 4枚 | バジル | 2枚 |
| フルーツマト | 1個 | 塩 | 少々 |
| にんにく | 1片 | EXVオリーブオイル | 適量 |

【作り方】

1. バケットを1cmに切り180℃のオーブンで5分焼く
2. 焼きあがったバケットにニンニクをこすりつける
3. フルーツマトを湯むきし種を取り除きサイの目状に切る
4. ボウルに3と刻んだバジル、塩、EXVオリーブオイルを合わせてよく冷やす。
5. ②に具材を乗せ完成！

～ アボカドと生ハム ～

【材料】4人分

| | | | | | |
|---------|----|-------|----|-----|----|
| 薄切りバケット | 4枚 | 生クリーム | 大3 | 生ハム | 2枚 |
| アボカド | 1個 | 塩 | 少々 | | |
| レモン汁 | 小1 | 黒コショウ | 少々 | | |

【作り方】

1. バケットを1cmに切り180℃のオーブンで5分焼く。
2. フードプロセッサーにアボカド、レモン汁、生クリーム、塩、黒コショウを入れてなめらかになるまで攪拌する。
3. ①のバケットの上に②を乗せ生ハムを盛り完成！

～ タコときゅうり ～

【材料】

| | | | | | |
|---------|------|-----------|-----|------------|----|
| 薄切りバケット | 4枚 | オリーブ(緑、黒) | 各4ヶ | 塩 | 少々 |
| きゅうり | 1/2本 | レモン汁 | 適量 | EXVオリーブオイル | 適量 |
| ゆでタコ足 | 2本 | イタリアンパセリ | 少々 | | |

【作り方】

1. バケットを1cmに切り180℃のオーブンで5分焼く
2. きゅうりはヘタを切り落とし、縦半分に切って種をスプーンでこそぎ取り、5mm角に切る。湯でタコ足は小さめの乱切りにする。
3. 材料全てをボウルに入れ合わせて冷蔵庫でよく冷ます。
4. ①のバケットの上に2を乗せ生ハムを盛り完成！