ポルトガルの伝統的なレシピ: バカリャオ アラガレイロ（鱈のオーブン焼きジャガイモ添え）

について

写真: Escola de Turismo e Hotelaria de Lisboa

材料鱈の切り身　4つ小さいジャガイモ　1ｋｇニンニク　2片小さいタマネギ　4個塩胡椒オリーブオイル 作り方鱈を水に入れ、8時間ごとに水を替えながら、少なくとも24時間置く。180℃のオーブンで予熱する。ジャガイモを洗い、トレーのタマネギのベッド（厚い半月状にカットしたもの）の上に並べる。その上に、鱈を置き、たっぷりとオリーブオイルをかけ、皮をむいていないニンニク片を加え、およそ30／35分間オーブンで焼く。ジャガイモが柔らかくなったら、取り除き、少し潰す。供するとき、鱈を大皿の中心に置き、ジャガイモとタマネギを周りに置く。上から、生ニンニクのスライスと挽き立ての胡椒をちりばめる。再びオリーブオイルをかけ、熱いうちに供する。

* マリア・デ・ルルド・モデスト（Maria de Lourdes Modesto）の伝統的なレシピをもとに、リスボン（Lisboa）の観光・ホテルビジネススクールが提供するレシピ。

2013 ポルトガル観光局 無断転載・転用禁止
info@visitportugal.com