

Côtelettes d'Agneau grillées à la Chapelure Provençale



子羊のコートレット、プロヴァンス風パン粉焼き (株)オリーブドゥリュック
Luc DOUMENGE

材料(10 人分)

ラムチョップ (又は豚のコートレット)	大 20 枚 または小 40 枚
塩、こしょう	適量
タップナードノアール(黒)	200g
オリーブオイルEXV	40cc
プロヴァンス風パン粉	
ドライパン粉	350g
セミドライマト(ダイスカット)	250g
ブーケプロヴァンサル	100g
にんにくペースト	45g
シードルヴィネガーマスタード粒	50g
フレッシュパセリ	1/2束 60g
オリーブオイルEXV	350cc



作り方

① ラムチョップに塩・こしょうをし、軽く色づく程度にオリーブオイルでソテーする。



② 肉の片面にタプナードを塗る。



③ ②にプロヴァンス風パン粉を押しながらのせる(約1cm)。



④ パン粉がパリっとするまでオーブンで10分弱焼く。

- 豚肉
- チキン
- ホタテ
- 白身魚

でも同じように
できます。

➡ 白身魚

