

フランクフルト風緑のソース Frankfurter grüne Sauce

とっても簡単にできる、フランクフルト風のソースです。さっぱりしていて、サラダのような感じですよ。



材料

材料(写真 i):

サワークリーム 150g

カッテージチーズ 250g

きゅうりのピクルス 100g

ゆで卵 1コ

タマネギのみじん切り 1個

マヨネーズ 大さじ3

ハーブ(マジョラム、パセリ、ディル、キャラウェイ、
ガーリック、ローズマリー、パセリ、クレソン等なんでも)大さじ5



付け合わせ: 白身魚(今回はカワハギ)のムニエル

作り方



- 1.ゆで卵、タマネギ、きゅうりのピクルスはみじん切りにします。
- 2.全ての材料をボールでよく混ぜます(ii)。ハーブは、今回もドイツのハーブミックスを使用しましたが日本では家に有るお好みのハーブを何でも混ぜて良いと思います。
- 3.これで出来上がりです。今回はカワハギのムニエルと一緒に

盛ってみました(表紙)。こってり系かと思いきや、カッテージチーズとサワークリーム・ピクルスの酸味がさっぱりしていてとても食べ易いです。タルタルソースに似ていますが、こちらのほうがより軽めです。

* 白身魚以外にも、赤身魚(サーモン)、お肉にも合うそうです。全粒粉のパンにもよくあっていました。

また、現地ではサワークリームではなくヨーグルトとサワークリームの間みたいなものを使うそうですが、日本では入手困難なためサワークリームとカッテージチーズで代用しました。レシピによってはヨーグルトとサワークリームが 1:1 で合わせてあるものもあります。