



## ハピーレシピ辞典

春  
はるがざみ(わたり蟹)のガレット せとうち児島ホテルおすすめ  
かんたんレシピ

- 1 蟹を蒸して身をほぐす。
- 2 生クリームと卵白を別々にホイップする。
- 3 1と2をさっくり混ぜ、塩・胡椒する。
- 4 型にバター20gを塗り、3の生地をつめてせいろで蒸す。
- 5 水を沸かし、レモン汁をたして火を止め、ポマード状にしたバター30gを加えて泡立て器で混ぜる。
- 6 4のガレットを置き、5のソースをかける。ルッコラとトマトを飾る。

## 材料(3人分)

がざみ(わたり蟹)	1杯
生クリーム	200cc
卵白	1~2コ
ルッコラ	少々
トマト	適量
バター	20g・30g
レモン汁	少々
水	90cc
塩・胡椒	少々