

## 2015. 6. 17. 男のおもてなし料理レシピ°

<五 人 前>

### 鶏の塩唐揚げ

<材 料>	<分量>	<作 り 方>
鶏もも肉	2枚 600g	① 鶏もも肉は水気をよく拭き取り、脂を除いて縦半分に切り、2cm幅のそぎ切り。 ② 酒と塩で下味をつけ、もみ込んで30分おく。 ③ 大根おろしは軽く水気を切り飾りに少量取りおいて、残りに調味料を合わせる。 ④ 下ごしらえした鶏肉に薄く片栗粉をまぶしつけ、180℃に熱した油で揚げはじめ、表面が固まったら160℃に下げゆっくり揚げて一旦取り出し、油の温度を200℃に上げてからりと色よく揚げる。 ⑤ 貝割れ菜を敷いた上に鶏肉を盛り、おろし酢をかけまわし、取りおいた大根おろしと少量の貝割れ菜を飾る。
酒 } 溶かす	大さじ2と1/2	
塩 }	小さじ1	
片栗粉	適量	
揚げ油	適量	
貝割れ菜	1パック	
<u>おろし酢</u>		
大根おろし	1C	
酢・砂糖	各大さじ1	
醤油	大さじ3	
赤唐辛子の輪切り	1本分	

### 野菜の焼き浸し

<材 料>	<分量>	<作 り 方>
茄子	2本半	① 茄子は縦に4～6に切り水に浸して水気を拭く。 ② 鍋に油を熱し皮を下にして茄子を並べ、ししとうも加えて薄く焼き色が付いたら返し、蓋をして弱火で柔らかくなるまで焼き、たれにつける。 ③ ミニトマトは鍋に少量の油を熱して、ころがしながら皮がはじけたら取り出す。 ④ 合わせだれは鍋に水・調味料・かつお節を入れ、沸騰したら弱火で2分程煮て火を止め、こして絞る。
ししとう又はおくら	10本	
ミニトマト (赤・黄)	各10個	
<u>合わせだれ</u>		
水	1と1/4C	
醤油・みりん	各1/4C	
かつお節	5g	
油	大さじ1と1/2	

### 切り干し大根サラダ

<材 料>	<分量>	<作 り 方>
切り干し大根	40g	① 切り干し大根は洗ってひたひたの水に10分位つけて戻した後、沸騰した湯でさっと茹でる。人参もせん切りにして一緒にさっと茹でて絞る。 ② きゅうりは4cm長さのせん切りにし、塩を1%して水を絞る。 ③ ボウルに材料を入れ、ツナも加えて酢を混ぜ、マヨネーズで和える。塩・胡椒で味を整える。
人参	20g	
きゅうり	1本	
ツナ缶	小1缶	
酢	小さじ2	
マヨネーズ	大さじ4	
塩・胡椒	適宜	

### にら玉汁

<材 料>	<分量>	<作 り 方>
にら	100g	① にらは4cm長さ、玉葱はうす切りにする。 ② 鍋にだしと玉葱を入れ、煮立ったらにらを加え再沸騰したら味噌を溶き入れ、味を見て火を止める。仕上げに胡椒を振る。 *わかめを入れても美味しい。
玉葱	100g	
だし	4C	
味噌	大さじ2	
胡椒 (好みで)	適量	

## コーヒーゼリー

	<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
A	アガー	13g	① Aをボウルに入れ、良く混ぜる。
	砂糖	60g	② 鍋に水を入れ沸騰したら①を少しずつ加えて溶かす。
	インスタントコーヒー	6g	③ 火を止め好みでブレンダーを加えて混ぜ、容器に流して固める。
	水	420ml	④ 良く冷えたら生クリームを添える。
	ブレンダー	7ml	
	生クリーム	少々	