

2019. 10. 23. 男のおもてなし料理 レシピ

きのこご飯 (4~5人分)

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
{ 米 { もち米 水 (昆布の漬け汁) 酒 大さじ2 醤油 大さじ1と1/2 塩 小さじ2/3 { きのこ (舞茸) { 醤油 { 酒 銀杏	2. 5カップ	① 米はもち米と合わせ、研ぎざるにあげる。
	1/2カップ	② きのは食べやすくさき、醤油と酒を振りかけておく。
	3. 4カップ	③ 銀杏は殻を取り鍋に入れ、ひたひたの水と塩少々 (分量外) を
		690cc
	米の	④ 米に調味料を含めて水加減し火にかける。煮立ったらきのこ
	1. 5割増し	銀杏を手早く入れて鍋蓋をし炊き上げる。
	200g	
	小さじ2	*舞茸にかぎらず松茸・生椎茸なども同様に炊く。
	小さじ2	
	25粒位	

椎茸の陣笠揚げ

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
生椎茸 鶏挽き肉 { 塩 { 玉葱すりおろし { 卵白 { 小麦粉 蓮根 長芋 人参 1/2本 かけつゆ だし 醤油・みりん 揚げ油	大10枚	① 生椎茸は軸を取り、表に十文字の切り目を入れ、裏側に軽く片栗粉を振る。
	200g	
	小さじ1/3	② 鶏挽き肉に塩・玉葱・卵白・小麦粉を加えてよく混ぜる。
	100g	③ 椎茸の裏側に②の具を詰める。
	1個分	④ 揚げ油を170℃に熱し揚げる。
	大さじ2と2/3	⑤ 蓮根・長芋・人参は皮を薄く剥き、5mm厚さの半月かちょうに切って素揚げする。
	250g	
	250g	⑥ 良く油を切って器に椎茸と付け合わせの野菜を盛る。
	100g	⑦ かけつゆを小鍋にひと煮立ちさせて⑥にかける。
	1カップ	*かけつゆ又は塩でも美味しい。
各1/4カップ		
適量		

しめじとほうれん草のゆずびたし

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
しめじ A { だし { 薄口醤油 ほうれん草 柚子醤油 柚子の絞り汁 だし 薄口醤油	200g	① しめじは石づきを取り、Aでさっと煮てそのまま冷ます。
	大さじ3	② ほうれん草は茹でて3~4cm長さに切る。
	小さじ2	③ 柚子を絞り、だし・薄口醤油を加える。
	300g	④ しめじの汁気を切り、ほうれん草と合わせて柚子醤油で和え、小鉢に盛り柚子の皮のせん切りを天盛りにする。
	大さじ3	
	大さじ1	
	大さじ1	

