

2016. 11. 16. 男のおもてなし料理レシピ

五人前

秋のきのこ寿司

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
酢めし		① 米を洗いザルにあげ、30分～1時間おいて炊き、12～3分蒸らし、合わせ酢をかけて混ぜ、手早く広げて冷ます。
{ 米	3C	② 菊は酢少々を加えた熱湯(1Lに酢大さじ1)にさっと通してザルに取り、冷ましてしぼりほぐす。
{ 水(昆布の漬け汁)	3C	
{ 酒 大さじ2		
合わせ酢(合わせて混ぜておく)		③ 具のきのこを下ごしらえし、鍋に調味料を煮立て、きのこの汁をとばすように炒りつける。
{ 酢	大さじ4	④ ごはんが冷めないうちにきのこを混ぜて器に盛り、菊の花を散らす。
{ 砂糖	大さじ2	
{ 塩	小さじ1	
生椎茸(四つ割り)	200g	
えのき茸(半分に切る)	200g	* 銀杏・もみじふ(人参をもみじ型で抜いたもの)・胡麻なども入れると
しめじ(小房に分ける)	200g	きれいで美味しい。
{ みりん	大さじ2	
{ 醤油	大さじ2	
{ 酒 大さじ2	大さじ2	
菊の花	1/2P	

治部煮風

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
鶏もも肉(1枚)	250g	① 鶏は脂を取り縦半分にして、1cm厚さのそぎ切り。包丁の背でよく叩き薄く塩(0.5%位)をして少しおき、粉をたっぷりまぶす。
塩	少々	② 生麩・エリンギは適当な大きさに切り、長葱は斜め薄切りにする
小麦粉	大さじ2～3	
生麩	1本	③ 鍋にAを煮立て長葱を入れ、火が通ったら取り出し、鶏肉を入れ
又は焼き豆腐	1丁	火が通ったら生麩・エリンギを加えて少々煮る。仕上げに長葱を
エリンギ	1P	戻し入れひと煮する。
長葱	1本	④ 器に盛って煮汁をはり、わさびを天盛りする。
{ だし	2C	
{ 酒	大さじ1	
{ みりん	大さじ4	
{ 醤油	大さじ2	
{ 塩	小さじ1/3	
わさび		

ひじきのマリネサラダ

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
ひじき(乾)	20g	① ひじきを洗い、水につけてもどす。
A { 砂糖	大さじ1	② もどしたひじきをさっと茹で、ざるにあげる。
{ 酒・酢・醤油・油	各大さじ2	③ 熱々の②をAにつけなじませる。(冷蔵庫で1週間保存可)
水菜	1/2P	④ Bをせん切りにし、水菜も4cm長さに切って、ひじきのマリネ
B { パプリカ(赤)	1/2個	と混ぜ合わせる。
{ 玉葱	1/2個	