

2019.12.18. 男のおもてなし料理 レシピ

五人前

豚ヒレ肉のパイ包み (5人分)

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
豚ヒレ肉 (ブロック)	約500g	① 豚ヒレ肉に塩・胡椒をする。
生ハム	6~7枚	② フライパンにオリーブ油を温め、①の表面をこんがり焼き、取り出す。
パイシート	250g~	粗熱がとれたら粒マスタードを全体に塗る。
(20×30~40cm)	300g	③ パイシートは豚肉に合わせ20×30~40cmに整える。パイシートの
粒マスタード	大さじ2	短い辺に平行に少しずつずらしながら、生ハムを並べ②を置き、上に
塩・胡椒 (黒)	各少々	チーズをのせ、生ハムでくるむ。パイシートで包み巻き終わりに卵黄を
オリーブ油	大さじ1	塗って閉じ、下にして天板に置く。両端も卵黄を塗って閉じる。
卵黄	適量	④ 余ったパイシートで飾りをつけ、ナイフで飾りの切り込みを入れる。
付け合わせ		表面に卵黄を塗って照りをつけ、200℃に温めたオーブンで30分程
ミニトマト・クレソン等	適量	焼く。目立たない側面から竹串を刺し、串が肉汁で赤くならなければ
ベビーリーフ	適量	大丈夫。
スライスチーズ	3枚	⑤ オーブンに入れたまま粗熱を取り、クレソン・ミニトマトなどを彩りよく
		盛り付ける。

キャベツとベーコンの蒸し煮

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
キャベツ (ざく切り)	500g	① フライパンにキャベツ・ベーコン・水・オリーブ油を入れて蓋をする。
ベーコン (細切り)	4枚	② 中火にかけ3~4分加熱する。蓋を取って全体を混ぜ、塩・胡椒で味を
水	1/3カップ	調える。
オリーブ油	大さじ1	
塩・胡椒	各適量	

イチゴのカナッペ

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
イチゴ	5~6粒	① チーズはバゲットの大きさに合わせ、厚さ5mm位に切る。イチゴも
ブリーチーズ	70~80g	薄切りにする。
バゲット (5mm厚さ)	10枚	② バゲットの上にチーズをのせ、チーズが溶け始める程度にトーストする。
蜂蜜	小さじ4~5	③ イチゴとチャービルをのせ、黒こしょうを振り蜂蜜をかける。
チャービル	適量	
粗びき黒胡椒	少々	

シュリンプカクテル

<材 料>	<分 量>	<作 り 方>
海老 (殻付き)	中15尾	① 海老は殻付きのまま背ワタを取り、白ワインを入れた湯で茹でる。
白ワイン	大さじ2と1/2	飾り用の10尾は尾を残して殻をむき、残りは殻と尾を取り除いて
グレープフルーツ	1個	4~5等分にする。
フリルレタス	4~5枚	② グレープフルーツは包丁で皮をむいて実をはずし、半分に切る。
茹で卵	1個半	レタスの半量は食べやすい大きさにちぎり、残りはせん切りにする。
ドレッシング		茹で卵は粗みじんに切る。
マヨネーズ	大さじ2と1/2	③ ドレッシングを作る。
ヨーグルト	大さじ2と1/2	④ 切った海老とグレープフルーツ・レタスのせん切り・茹で卵を③で和える
白ワイン	大さじ1と1/2	⑤ 器にレタスと④をバランスよく盛り、飾り用の海老を添える。
トマトケチャップ	小さじ1強	
塩・胡椒	各少々	