

●スモークサーモンの押し寿司

材料: 米3合、(酢大6、砂糖大4+1/2、塩少々)

スモークサーモン、アボガド、とびっこ、イタリアンパセリ、錦糸卵(卵2個)、マヨネーズ

1. 御飯は炊いて酢飯をつくっておく。アボガドは薄切りしておく。
2. 型にラップをしいてサーモンを並べ、錦糸玉子の半量、寿司飯、アボガド、寿司飯、とびっこ、寿司飯と詰めていく。
3. 重石を乗せて1時間～3時間おく。できあがりにとびっこ、錦糸玉子、イタリアンパセリなどを彩りよく飾りつける。

●雲竜豆腐

材料: 木綿豆腐大1丁、きくらげ(戻して) 20g、にんじん 20g、小海老、銀杏 8粒くらい、大和いも(皮付き) 30g、ワンタンの皮 8枚

(A)だし汁 100cc、塩 小1/4、しょうゆ 少々

(B)だし汁 400cc、しょうゆ 大2+1/3、みりん大3

C: 白髪葱、針生姜、赤いものの千切り

1. 豆腐は水分をとって潰す。海老は塩茹でしておく。
2. 大和芋もすりおろし、豆腐と混ぜる。酒小2、みりん小1、醤油小2も加える。
3. にんじんときくらげは千切りにしてAで下ゆでして水気をきって、2に混ぜる。海老も。
4. 3を8等分して銀杏を真ん中におき、上からワンタンの皮をかぶせて、160度で揚げる。
5. Bを煮立たせて、④を盛った皿に注ぎ、Cを天盛にする。

●ぶりの網焼きマスタードソース

材料: ぶり4切れ

エシャロットみじん大2、白ワイン150cc、生クリーム1c、マスタード大2+1/2、粒マスタード大1、バター大1+1/2

1. ぶりは強めに塩こしょうしてオイルをかけて網焼きにする。
2. 白ワインとエシャロットを鍋に入れて煮詰め、生クリーム、マスタード(粒も)を入れて、バターでモンテする。塩で味をととのえる。
3. やいたぶりに2のソースをかけて供す。

●たことカリフラワーのサラダ

材料: ゆでたこ、カリフラワー中1個、トマト中2個、きゅうり2本、かつお節5g×2

A: 醤油大3、酢大4、サラダオイル大4、砂糖小1、塩小1、こしょう

1. たこは一口大の乱切り、カリフラワーは一口大にして固めに塩茹で。きゅうりは皮を縦にむいて一口大、トマトも同じ大きさに。
2. かつお節をボールにいれて熱湯1Cを注ぐ。別のボールにAを入れてその中にかつお節の湯を越しながら加え、よく絞る。
3. ボールにたこと野菜をまぜ、ドレッシングを合わせて冷蔵庫で味をなじませておく。

●鶏の八丁味噌

材料: 鶏もも200g、白ねぎ1本、椎茸4枚、しし唐8本、粉山椒か七味、

A: 八丁味噌100g、酒100cc、みりん100cc、砂糖大2

1. 鶏は一口大、ねぎは1cm、椎茸は石つきをとる。
 2. Aを鍋にいれ一煮たちさせる。ここに1をいれてまぜ、ホイルにのせて包み、200度のオーブンで12分くらい焼く。
- 好みで山椒や七味をどうぞ。

●牛乳白玉の小倉いちご

材料: 白玉粉、牛乳、小豆(缶詰めでよい)、フルーツ、コンデンスミルク(お好きなら)

1. 白玉粉を水ではなくて牛乳で練ります。

これをゆでて、お皿にもってあづきとフルーツをそえて、牛乳かけて、甘いのがお好きならコンデンスミルク加えてみてください。

いつも作っているののバージョン違いですね。