



## ～シェフおすすめオードブル料理～

# ブルーチーズとさつまいも ナッツ添え & エリンギのブルゴーニュ風

### <使用食材>

#### ブルーチーズとさつまいも ナッツ添え

さつまいも	.....1本
ナッツ	.....適量
ブルーチーズ	.....適量
バター	.....5g
サラダ油	.....適量
塩	.....適量
胡椒	.....適量

#### エリンギのブルゴーニュ風

エリンギ	.....2本
玉葱	.....1/4個
パセリ(みじん切り)	.....少々
にんにく	.....2かけ
バター	.....40g
粉チーズ	.....15g
くるみ	.....適量
バゲット	.....適量
レモン汁	.....適量
塩	.....適量

### <Let's Cooking>

- ① さつまいもをふかします。
- ② 食べやすい大きさにカットします。
- ③ チーズは常温に戻して練ります。
- ④ カットしたさつまいもをフライパンでこんがり焼きブルーチーズを適量乗せてナッツを飾ります。
- ⑤ 塩と胡椒をかけたら・・・

☆ブルーチーズとさつまいも  
ナッツ添え 完成☆

- ① エリンギは一口大の大きさ、玉葱は薄切り、パセリ・にんにくはみじん切りにします。
- ② エリンギ・玉葱・パセリ・にんにく・バター・チーズをボウルに入れて塩をして湯せんで混ぜます。
- ③ バゲットに混ぜた食材・くるみを乗せてオーブンで焼きます。皿に移してレモン汁を絞ります。(お好みで)

☆エリンギのブルゴーニュ風 完成☆

## ～シェフおすすめオードブル料理～

### 椎茸のオーブン焼き & 蛸とアンチョビのマリネ



#### <使用食材>

#### <Let's Cooking>

#### 椎茸のオーブン焼き

しいたけ	・・・4ヶ
パン粉	・・・30g
生ハム(みじん切り)	・・・4切れ
アンチョビペースト	・・・3g
パセリ	・・・大さじ1
粉チーズ	・・・15g
オリーブオイル	・・・適量
醤油	・・・小さじ1
マヨネーズ	・・・10g

- ① しいたけの軸を外して小さく切り  
パン粉・生ハム(みじん切り)  
アンチョビペースト・パセリ  
粉チーズ・オリーブオイルを少々  
混ぜて椎茸に詰めます。
- ② オーブンで火を入れたら器に盛り、  
醤油とマヨネーズを合わせたソースをかけます。

☆椎茸のオーブン焼き 完成☆

#### 蛸とアンチョビのマリネ

蛸	・・・200g
にんにく(スライス)	・・・1かけ
オリーブオイル	・・・39g
アンチョビフィレ (荒めに刻む)	・・・4本
インゲン豆	・・・10本
塩	・・・少々
胡椒	・・・少々
白ワインビネガー	・・・5g
セロリ (皮を剥く→スライス)	・・・1本

- ① インゲンを茹でて食べやすい長さに切ります。
- ② 蛸は1cmスライスし、  
ボウルに入れて塩胡椒をします。
- ③ 鍋にアンチョビ・にんにく・  
オリーブオイルを入れて火にかけます。
- ④ アンチョビとニンニクの香りが  
香ばしく出てきたら熱々のうちに  
蛸に回しかけます。
- ⑤ よく全体を馴染ませて、  
白ワインビネガー・セロリ・インゲン  
を入れてよく混ぜて馴染ませます。

★蛸とアンチョビのマリネ 完成★