



～シェフおすすめ特製お弁当～

豚バラ肉のイタリアンカツレツ

<使用食材>

豚バラ肉のイタリアンカツレツ

豚バラ肉スライス	8～10枚
じゃがいも	2～3ヶ
モッツアレラチーズ	50g
パプリカ2種	各半個
塩・こしょう	適量
マヨネーズ	適量
強力粉	適量
卵	適量
パン粉	適量
揚げ油	適量

<Let's Cooking>

- ① じゃがいもを皮付きのまま茹でます。
火が通ったら皮を剥き、マッシュポテトにします。塩・こしょう・マヨネーズで味付けをし、冷やします。
- ② 2種のパプリカを2mm厚のスライスにしモッツアレラチーズを1cm角の棒状に切ります。
- ③ 豚バラ肉を並べ、塩・こしょうをして、パプリカを交互に並べてマッシュポテトを乗せ、中央にモッツアレラチーズを置き、包むように豚バラ肉を巻きます。
- ④ 強力粉・卵・パン粉の順に、衣をつけて、180℃の油で揚げます。
- ⑤ お皿に盛り付けます。

★できあがり★



～シェフおすすめ特製お弁当～
チーズちくわのゼッポリーナ

<使用食材>

ゼッポレ生地

☆強力粉 100g
☆薄力粉 50g
☆砂糖 10g
☆イースト 2g
☆パルメザンチーズ 2g
☆生青のり 50g
☆塩 8g
☆水 200ml
ちくわ 2本
チーズ 適量
揚げ油 適量

<Let's Cooking>

ゼッポレ生地を作る

- ① ボウルに☆の材料を全て入れて混ぜ1時間程発酵させます。
- ② ちくわにチーズを詰めて、一口大に切ります。
- ③ ②に①をつけ、170℃の油で生地に火が通りチーズが溶けるまで揚げます。
- ④ お皿に盛り付けたら.....

★出来上がり★

