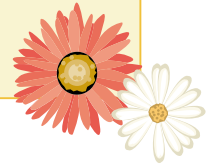




～桜海老と帆立 ウドのキッシュ 柚子のオランダースソース～



<使用食材>

「キッシュ生地(1台分)」

強力粉	・・・83g
薄力粉	・・・63g
無塩バター	・・・63g
水	・・・50g
塩	・・・3g
全卵	・・・0.3ヶ

「アパレイユ」

全卵	・・・80g
牛乳	・・・80g
生クリーム	・・・40g
チーズ	・・・20g

「オランダース」

卵黄	・・・15g
柚子果汁	・・・15g
バター	・・・60g
帆立	・・・3ヶ
桜海老	・・・適量
ウド	・・・1本

<Let's Cooking>

- ① 粉類、塩、バターの手順で混ぜる
水と卵を少しずつ入れ良く練る
一度、冷蔵庫でねかす
タルト型にのせてピケをする
タルトストーンをおいて、
180℃15分程、空焼きする
- ② アパレイユは左記材料全て混ぜ、できあがり
- ③ 帆立は1/4ウドは大きめにカット
ウドはさっと下茹でする
- ④ オランダースを左記材料で作る
- ⑤ ①に魚介とアパレイユを流し
ソースをかけ180℃10分で出来上がり



～新玉ねぎのポタージュ～ ほろ苦い菜の花のピューレ



<使用食材>

「ポタージュベース」

新玉ねぎ1玉
バター適
オリーブオイル適
ブイヨン適

「菜の花ピューレ」

菜の花1/2本
オリーブオイル適
ブイヨン適

「フリット」

新玉ねぎ1/2玉
薄力粉	

<Let's Cooking>

- ① 玉ねぎは薄切りにして左記材料でピューレにする
- ② 菜の花は茎と芯にわける
茎は粗めの小口切りにする
熱した鍋に茎を入れ炒め、葉の部分も入れ
ブイヨンを入れる
ミキサーで回して出来上がり
- ③ フリット用の玉ねぎは薄切りにし
薄力粉をつけ油で揚げて出来上がり