






第56回 西洋料理アカデミー


September. 10
Restaurant Mitsu

  かぼちゃを大粒に味付  


- ① かぼちゃとにんじんのソテー - バルサミコヒレが一同味
(かぼちゃ・にんじん・バルサミコヒレが - EX. オリーブオイル)
- ② かぼちゃの皮をかきとぎ、種をとり、スライスする。
- ③ オリーブオイルで①とにんじんをスライスして、塩で味をつける。
- ④ ②の皮を①のバルサミコヒレと一緒に、EX. オリーブオイルで揚げた。

 蒸しかぼちゃ・アニショウカード
(かぼちゃ・アニショウカード 40g・にんじん 1/2片・白ワイン 100cc)

- ① 細かく切ったアニショウカード・にんじん・白ワイン・EX. オリーブオイルを混ぜ、アニショウカードを作る。
- ② かぼちゃの皮をかきとぎ、種をとり、大きめにカットする。
- ③ 塩を振り、蒸気で蒸し、④を入れる。
- ④ ③に①を添える。

 かぼちゃと豚バターの揚げ物
(かぼちゃ・にんじん・豚バター揚げ物 (ベーコン)・白ワイン・生クリーム)

- ① 鍋で白ワインで①のオリーブオイルとにんじんを炒め、④の皮を揚げた。
- ② にんじんの香りが立ったら、食べやすくカットしたかぼちゃ・豚バターの揚げ物を加えて炒める。
- ③ ②に塩を少し、白ワインを加え、軽く火を入れる。生クリームを加えて弱火で煮込む。
- ④ 茹でたパスタを③に加え、①の豚バター・塩で味を整え、ソース濃度を茹で汁で調整し、仕上げます。

 メモ ①と②の酸味が少い場合は、かぼちゃとにんじんに白ワインを加える。



毎月
第2月曜日 18:00~20:00
第3火曜日 11:00~13:00
レストラン・ミツにて