

帆立貝とタラのブランドサラダ仕立て オレンジ・カレーソース



【材料（4人前）】

帆立貝（貝柱）	4個	白ワインヴィネガー	15cc	オレンジ	1個
トマト	1個	タラのフィレ	60g	オリーブオイル	15cc
キタアカリポテト	60g	生クリーム	15cc	白ワイン	10cc
にんにく	少々	オリーブ	10g	パセリ	5g
リコッタチーズ	0.25個	プチモッツアレラ	4個	ルーコラ	4枚
ピネイグレットソース	60cc				
(マヨネーズオレンジカレーソース)					
マヨネーズ	大さじ2	カレーパウダ	1g	オレンジジュース	小さじ2
白ワイン	小さじ1	レモンジュース	2g		

【作り方】

- 1 皮をむいたポテトを柔らかくなるまで茹で上げます。
- 2 平鍋にオリーブオイル・にんにくを入れて炒め、タラを加え塩コショウして身をほぐしながら十分に加熱して、白ワインを加えます。
- 3 すり鉢にポテト、タラを加えすり合わせます。
- 4 平鍋に3のタラとポテトを戻し、ミルク・生クリーム・オリーブオイルを加えて加熱し練り上げ、オリーブ、パセリ、塩コショウで味を調えブランドとします。
- 5 湯に塩、ヴィネガーを入れて、帆立貝をブランシールして氷水に取り、バットに取ります。
- 6 帆立貝を切り分け、ピネイグレットソースをかけてマリネします。
- 7 オレンジは、皮をむき身を取り出し、残りはジュースにします。
- 8 マヨネーズオレンジカレーソースを作ります。
- 9 盛り皿に、トマト、プチモッツアレラ、リコッタ、ブランド、帆立貝、オレンジを盛り、マヨネーズオレンジカレーソースをかけて、ルーコラを飾り出来上がり。

ビーフストロガノフ・バターライス添え



【材料（4人前）】

牛肉（やわらかい部位）	320g	玉ねぎ（みじん切り）炒めたもの	120g		
マッシュルームスライス	80g	生クリーム	120g	デミグラスソース	140cc
赤ワイン	大さじ1	ケチャップ	小さじ1	バター	15g
サラダオイル	大さじ1	ニンニクみじん切り	小さじ1	塩、こしょう（黒）	少量
レモンジュース	少々	小麦粉 強力	大さじ1	ブロッコリー（一口位）	4個
(A) バターライス					
米	300g	玉ねぎ（みじん切り）	30g	人参（みじん切り）	15g
バター	30g	水	360cc	塩・こしょう	少量
(B) 人参のグラッセ					
人参（1cmスライス）	80g	8個	水	360cc	塩
グラニュー糖	大さじ1	バター		12g	少々

【作り方】

- 1 バターライスを炊きます。炊飯器又は、鍋21cm弱火13分。蒸らし13分
- 2 人参グラッセBの材料にて小鍋にて20分弱火煮て仕上げにバターグラッセ
- 3 ブロッコリーは、バターソテーします。
- 4 フライパンにサラダオイルをひき、塩、こしょう、小麦粉をした牛肉を炒めます。
- 5 牛肉を取り出し、そのフライパンにニンニクを入れ香りを付ける。玉ねぎ、マッシュルーム、赤ワイン、クリーム、デミグラスソース、ケチャップにてソースを作り、先の牛肉を戻し入れ、バター、レモン、塩、こしょうにてストロガノフをしあげます。
- 6 器に、バターライスを盛り、ニンジン、ブロッコリーを盛り付け、5のビーフストロガノフをたっぷりかけ出来上がり。

フォンダンショコラ

赤い果実 マスカルポーネ添え



【材料（4人前）】

(A) 卵黄	1個	グラニュー糖	25g		
(B) ショコラ カカオ70%	40g	バター（無塩）	40g		
(C) 生クリーム	35g				
(D) 生クリーム	35g	コアントロー	2g		
オレンジ	0.5個	イチゴ	6個	フランボワーズ	8個
ブルーベリー	8個	フランボワーズソース	40g	レモンジュース	少々
コアントロー	2g	マスカルポーネ	80g	ミント	適量

【作り方】

- 1 Aの卵黄とグラニュー糖をボールに入れて、ホイッパーで白っぽくなるまで混ぜ合わせます。
- 2 Bのショコラをボールに入れて、湯煎にかけて溶かし、溶かしたバターを加え混ぜ合わせます。
- 3 Cの生クリームを加熱して、後に冷ます。
- 4 1のボールに2・3・ココアパウダーを混ぜ合わせます。
- 5 Dの生クリームを7分立てにして、4に混ぜ合わせて、コアントローを加え、型に流し込み冷蔵庫にて冷やし固める。
- 6 果実は小口に切り、フランボワーズソースとコアントロー、ミント、レモンジュースで赤い果実のソースを作ります。
- 7 盛り皿に切り分けたフォンダンショコラを盛り、マスカルポーネ、赤い果実のソース、ミントを飾り出来上がり。