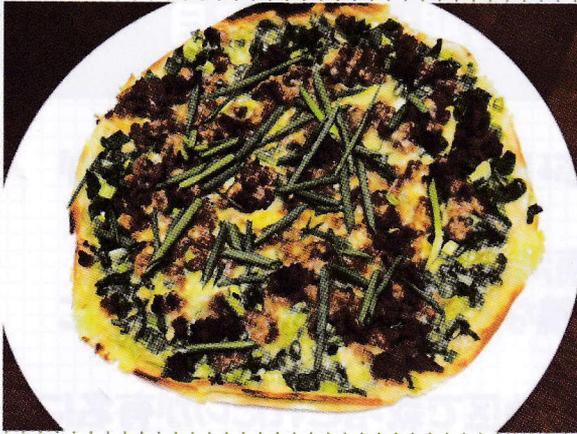


難波葱のかんたん！おいしい！創作レシピ



難波葱の和風ピザ



材料(24cm1台分)

難波葱 150g
ピザ用チーズ 120g

<肉そぼろ>

豚ひき肉 250g
酒 大さじ1
A・・・砂糖:大さじ1
醤油:大さじ1.5
片栗粉:小さじ1
全部を合わせておく

<生地>

トルティーヤ(24cm) 2枚
ピザ用チーズ 30g
オリーブオイル 大さじ1

<作り方>

①フライパンに油(分量外)を引き豚ひき肉と酒を入れダマにならないよう混ぜながら炒める。

Aを加え更に炒め、余分な水分が飛んだら火を止め器に取り出して粗熱を取る。

②トルティーヤ2枚の間にピザ用チーズを全体に散らして挟み、生地を作る。クッキングシートに乗せ表面にオリーブオイルを塗り、①、小口に切った難波葱(トッピング用に少量残しておく)、ピザ用チーズの順に各々生地全体に乗せグリルで焼く。(280度・8分)

③お皿に取り、②で残した難波葱を散らしていただく。

難波葱の手作りがんも

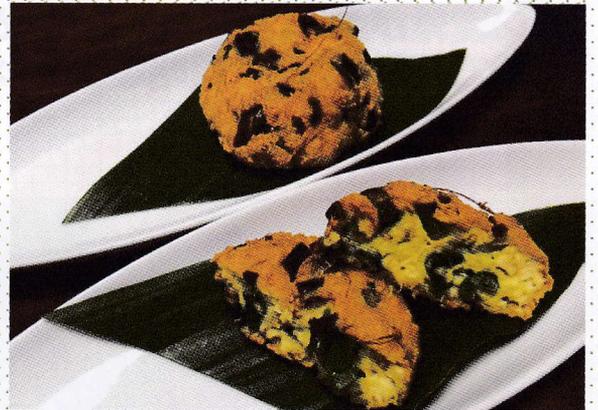
材料(6個分)

難波葱 80g
木綿豆腐 1丁(約400g)
揚げ油 適量
A・・・卵:1個 胡麻:大さじ1
乾し椎茸:小1枚(細かく砕く)
塩:小さじ1/2
片栗粉:大さじ2

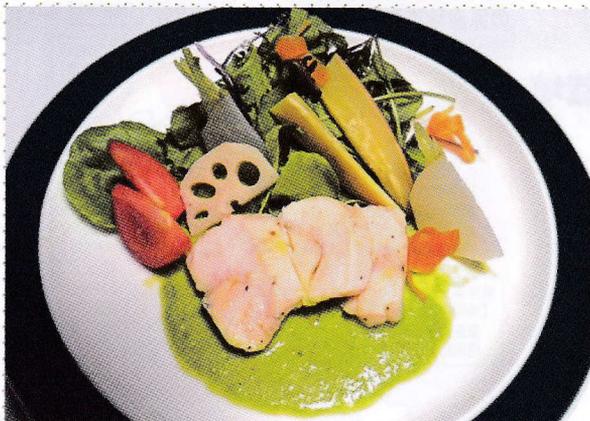
<作り方>

①木綿豆腐はキッチンペーパーに包んで耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジで加熱する。荒熱が取れたら余分な水分を絞ってボウルに取る。

②難波葱は約1cmの小口切り、ひげ根は3cm程度に切ってAと一緒に①と混ぜ合わせる。6等分に丸めて170度に熱した油でこんがり揚げる。



鶏胸肉のコンフィ ～難波葱のソース添え～



材料(4人分)

<難波葱のソース>

難波葱 50g
A・・・出汁:100cc
白味噌:小さじ2
乾しアマノ海老:小さじ1
塩:小さじ1/4
オリーブオイル:大さじ1

<鶏胸肉のコンフィ>

鶏胸肉 1枚(約300g)
B・・・塩:小さじ1/4
オリーブオイル:大さじ1
胡椒:適量

<温野菜>

C・・・蕪、サツマイモ 各8切れ
蓮根 各4切れ

<生野菜>

D・・・ベビーリーフ、ミニトマト
人参 各適量

<作り方>

①鶏胸肉は皮と余分な脂を取り除き、厚さが均等になるよう切り目を入れ3～4等分にしてジッパー付き保存袋に入れる。

Bを加えしっかり揉み込み空気を抜いて口を閉じる。土鍋等に85度のお湯をかぶるくらい注ぎ、保温モードで1時間待つ。

②熱したフライパンに油(分量外)を引き3cm位に切った難波葱を炒めAと一緒にミキサーにかけ、ソースを作る。

③フライパンにCを並べ少量の水を入れ、蓋をして3～5分蒸し焼きにする。Dは好みの大きさに切っておく。

④お皿に②を薄く敷いた上に、食べやすい大きさに切った①と③を彩り良く盛り付ける。好みでレモン(分量外)を添える。