

簡単！雪見かまぼこアレンジレシピ



【レシピ考案】青野敏江

料理研究家。食育指導士。薬膳アドバイザー
料理を通して親子のコミュニケーションを育み、食の大切さ、
食べ物への感謝の気持ちを楽しく伝えたいと2006年より自宅
で子供食育料理教室「garden kitchen」開講。
子供もチャレンジ出来る簡単で華やかな料理が人気で、雑誌や
テレビ・イベントなどで活躍中。



ホームページ

<http://garden-kitchen.net/index.html>

お餅の代わりに雪見かまぼこをトッピング ◇雪見かまぼこのかんたんお雑煮風◇

材料(3~4人分)

- 雪見かまぼこ・・・3~4個
- 水・・・750cc
- 鶏ガラスープ細粒・・・小さじ1
- 鶏もも肉・・・120~150g(一口大に切る)
- ささがきごぼう(水にさらし灰汁を取ったもの)・・・60g
- 人参・・・40g
- 薄口しょうゆ・・・小さじ1と1/2
- 塩・・・小さじ1/2
- せり・・・適量



作り方

- ① 鍋に水を入れて熱し、鶏ガラスープと鶏肉を入れ、鶏肉の色が変わったら取り出しておく。
- ② 人参はレンジ等で加熱し、型抜きをする。
- ③ ①の鍋にごぼうを入れ、灰汁を取りながら加熱し、材料に火が通ったら①の鶏肉を戻して、鶏肉を煮過ぎないようにすぐに火を止め、薄口しょうゆ・塩で味を調える。雪見かまぼこは最後に温める程度に入れる。
- ④ 器に盛り付け、せりを飾る。

不思議な食感がやみつきになりそう！ ◇雪見かまぼこのふわふわオードブル◇

材料(各3個分)

- 雪見かまぼこ・・・3個
- スモークサーモン・・・3枚
- じゃがいも(皮をむいたもの)・・・200g(中2個程度)
- 酢・・・小さじ1
- マヨネーズ・・・大さじ1
- いくら・・・適量



作り方

- ① じゃがいもはレンジ強(600W)で5分加熱してボウルに入れてマッシュし、熱い内に酢・マヨネーズで味付けをする。
- ② ①のマッシュポテトを、30g程度で3個、20g程度で3個作り、30gの方は直径を雪見かまぼこと同程度に丸く平らに成形する。20gの方はサーモンの高さに合わせて、小さめの円柱型に成形する。
- ③ 雪見かまぼこは横半分に切る。
- ④ 250度に予熱したオーブンで丸く平らにしたポテトを表面に焼き色がつくまで10~13分程度焼く。
- ⑤ 柱型のポテトにサーモンを巻き付けて上にいくらを乗せて器に盛り付け、④は雪見かまぼこの間にポテトを挟み、盛り付ける。