

Cooking Salon Komori

今日のレシピ

1.鶏のソテーラタトウユ



材料:

鶏もも骨つき4本 (塩 コショウ 小麦粉)
A. 玉葱2個 茄子4本 セロリ1本
人参1本 ズッキーニ1本 赤
黄 緑パプリカ各1個 トマト2個
にんにく1片 塩小1 パセリ

手順:

1. 玉葱薄切り 茄子は皮をむいて1cm角切り セロリ 人参 ズッキーニ パプリカは1cm角切り トマトコンカッセ
2. オリーブオイルで玉葱をゆっくり炒め 透明になったら他の野菜を全部入れてしばらく炒め 塩 コショウ パセリ ローリエを入れて蓋をしてゆっくり煮込む時々中を動かす
3. 鶏は下ごしらえをして ()内を降りオリーブオイルで焼く

2. 千切りサラダ

材料:

セロリ2本 胡瓜1本 梨1個 パセリ
A. レモン汁大2 砂糖小1/2 塩小1/3
オイル大5

手順:

1. セロリ 胡瓜 梨は少し太めの千切りAでドレッシングを作り合えておく



“Cooking Salon KOMORI”

Kamakura Green Mansions 101, 436-1 Ueki, Kamakura, Kanagawa, JAPAN (247-0073)

TEL / FAX: 0467-48-5303

NO14

Cooking Salon Komori

今日のレシピ

3.ビィシソワーズ



材料:

葱1本 玉葱1個 セロリ1/2本 じゃがいも2個
パセリ 和風出し800cc 生クリーム200cc

手順:

1. 葱は縦半分に切り小口切り 玉葱 セロリ薄切り じゃがいもは1cm角切り
2. バターで葱 玉葱を炒めセロリ じゃがいもを加え 和風出しを入れ柔らかくなるまで煮て
カッターにかけ冷やす 生クリームを混ぜる

“Cooking Salon KOMORI”

Kamakura Green Mansions 101, 436-1 Ueki, Kamakura, Kanagawa, JAPAN (247-0073)

TEL / FAX: 0467-48-5503

NO14