

Cooking Salon Komori

今日のレシピ

1. 鶏の黄金焼き



材料:

鶏もも肉2枚 卵2個 葱1本 ちんげん菜

手順:

1. 鶏は身のほうに5mm幅に包丁を入れ塩 酒大1を手でもみ込む様にして10分置く 小麦粉溶き卵をつけ多めの油で焼き きれいな色がついたら返して弱火にしてゆっくり焼く 焼けたら油は捨てる

2. 葱の千切りを1の上に乗せ 酒大4 水大6

塩小1/2 の汁を入れ蓋をして3分くらいしたら胡麻油を落とす

3. ちんげん菜と一緒に盛りつける

2. 烏賊胡瓜辛子和え

材料:

烏賊2杯 胡瓜3本

手順:

烏賊は下ごしらえをして 皮をむき2つに切り霜降り氷水に浸けそぎ切り 胡瓜2本は斜め薄切り塩をして水洗い 残りはピーラーで長く切る

溶き辛子小1 酒小1 醤油大2 胡麻油小1を合わせる

烏賊と斜め切りの胡瓜を和え 回りに細長い胡瓜で飾る



“Cooking Salon KOMORI”

Kamakura Green Mansions 101, 456-1 Ueki, Kamakura, Kanagawa, JAPAN (247-0073)

TEL / FAX : 0467-48-3303

Cooking Salon Komori

今日のレシピ

3. セロリと胡瓜中華風サラダ

材料:

セロリ1本 胡瓜2本 人参少し

手順:

1. 野菜は5cm位の短冊切り 人参は茹でておく
2. 醤油大1.5 酢大3 砂糖大1 胡麻油小2を合わせておく
3. 野菜を2で和える



"Cooking Salon KOMORI"

Kamakura Green Mansions 101, 456-1 Ueki, Kamakura, Kanagawa, JAPAN (247-0073)

TEL / FAX : 0467-48-3303