

## 1. 鯖白ワイン香味



### 材料：

鯖1本 キャベツ1個 人参2本 蜂蜜大1  
ワインビネガー オイル レーズン40g  
カレー粉大1/2 玉葱1個 ローリエ タイム  
白ワイン300cc 白ワインビネガー300cc  
パセリ

### 手順：

1. 鯖は3枚におろし塩をしておく
2. 鍋に玉葱 人参1本スライス ローリエ タイムを入れスエして 野菜が柔らかくなったら  
ワイン ビネガーを入れ煮立て 鯖を入れゆっくり煮るそのまま冷ます
3. ワインビネガー50ccと蜂蜜 レーズン カレー粉を煮立て 冷ます
4. キャベツ 人参1本は千切りオイル50ccを良く混ぜ3を混ぜる

## 2. グリーンピーススープ

### 材料：

グリーンピース300g バター50g  
玉葱1/3個 ジャガイモ1個 米大1 和風出し  
500cc レタス バケツ

### 手順：

1. 鍋にバター20gで玉葱 ジャガイモを  
炒め米 和風出しで煮る
2. グリーンピースを加え塩をして  
ミキサーにかけ残したバターを入れる
3. レタスは千切り軽く炒め バケツは薄切り焼いて添え 生クリームをかけまわす



*“Cooking Salon KOMORI”*

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

*TEL / FAX : 0467-48-3303*

### 3. 鶏のオレンジ風味



#### 材料：

鶏もも骨付き4本 玉葱1/2個 砂糖30g  
白ワイン100cc オレンジ2個 レモン1/2個  
メークイン4個 ヌードル サフラン

#### 手順：

1. 鶏は塩 コショウして焼く
2. 鍋にバターを入れ玉葱の微塵切りを炒め 鶏を入れワイン オレンジジュース メークインの

角切り砂糖 塩 コショウを入れ煮る

3. オレンジの皮は千切りにして3回茹で溢す 2に混ぜる
4. ヌードルを茹で 皿に敷いて鶏を乗せソースをかける

### 4. 大根ケーキ

#### 材料：

大根300g バター30g グラニュー糖60g  
蜂蜜大1 レモン1/4個 生クリーム100cc 卵1個

A. バター50g グラニュー糖50g 小麦粉50g  
アーモンドパウダー50g 卵1個 B.P.小1

#### 手順：

1. 大根は3回茹で溢し 柔らかくなったらグラニュー糖 蜂蜜 バターを入れ水分がとんだらレモン汁を入れる
2. Aのバターを柔らかくしてグラニュー糖を加えた孫を入れ小麦粉 B.P. アーモンドパウダーを混ぜる
3. 型に1を入れ生クリームと卵を合わせた物を入れ2を丸く抜いてかぶせ180度で30分焼く
4. 卵黄2個 小麦粉5g 片栗粉5g 牛乳200cc グラニュー糖40gでカスタードを作る



*“Cooking Salon KOMORI”*

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

*TEL / FAX : 0467-48-5505*