

# Cooking Salon Komori

今日のレシピ

## 1. ひき肉鳴門巻き



材料:

鶏ひき肉300g 卵1個 砂糖大1 醤油大1.5  
片栗粉大1  
卵2個 塩少し

手順:

1. 卵で半熟炒り卵を作る 鶏ひき肉に卵 砂糖  
醤油 片栗粉を加え良く練り2等分にして  
オーブンペーパーに平に広げ炒り卵を乗せて巻く  
13分蒸す

2. 水100cc 醤油大2 砂糖大2を合わせ煮立ったら1を入れからめる

## 2. のっぺい汁

材料:

里芋4個 人参1/2本 大根10cm  
こんにゃく1枚

手順:

1. 里芋はぐる剥きにして 塩もみして水  
洗い 輪切りにして下茹で 大根  
人参は銀杏切り こんにゃくはちぎる
2. 鍋に水800cc を沸かして大根 人参  
こんにゃくを煮て柔らかくなったら  
里芋を加え塩で味を付け 白醤油を入れ  
水溶き片栗粉でとろみをつける



“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. 鶏と里芋の煮物



材料:

里芋600g 鶏もも肉300g 椎茸4枚 さや

手順:

1. 里芋は一口大 酢を少し入れた水で茹でぬめりを取る
2. 鶏も一口大包丁の背で軽くたたく
3. 出し汁600cc 酒大2 砂糖大4を入れ 鶏 里芋 椎茸を入れ沸騰したら鶏を出して醤油大3を入れゆっくり

煮上げて 汁が1/3位になったら鶏を戻し味醂大1を加え 強火にしてからめる

## 4. 菜の花寿司

材料:

菜の花1束 卵2個 いくら

手順:

1. 菜の花は固めに茹で花を摘み取り残りは微塵切りにする 卵は炒り卵を作る
2. 御飯3capで合わせ酢は酢70cc 砂糖大2 塩大1
3. 寿司飯に微塵切りの葉を混ぜ上に花と 炒り卵 いくらを飾る



“Cooking Salon KOMORI”

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

TEL / FAX: 0467-48-3303