

広島県 presents 高校生が聞く！9 ジラジシゴトーク～料理人編～

牡蠣のパイ包み焼き

【レシピ記入欄】

<p>■材料・分量</p> <p>広島県産牡蠣 100 g 豚ばらスライス 4 枚 茄子 50 g パイシート（市販品） 1 枚</p> <p>デミグラスソース 100 g お好みソース 80 g 水 180 g ケチャップ 20 g 玉ねぎ 100 g 人参 80 g オリーブオイル 適量 塩・胡椒 適量 にんにく 1 片</p>	<p>■作り方（手順をわかりやすく詳細に記入）</p> <p>※オーブンを 200℃に予熱する。</p> <p>①牡蠣に片栗粉をつける。 水で洗い、キッチンペーパーで水分をふきとる。</p> <p>②パイシートを麺棒で肉を巻いた牡蠣が包めるくらいの大きさに伸ばし、4 等分に切る。</p> <p>③茄子を 5 cm の長さにし、棒状に切る。</p> <p>④豚ばら肉を広げ、塩・胡椒する。牡蠣と茄子を豚ばら肉で巻く。</p> <p>⑤パイシートの上に④を置き、半分に折る。 端を手で押し、フォークの先で閉じる。 卵を割りほぐし、はけでパイの表面に卵を塗る。</p> <p>⑥天板にクッキングシートを敷き、⑤をのせる。 200℃のオーブンで 8 分焼いた後、190℃で 8 分焼く。</p>
<p>片栗粉（牡蠣の下処理用） 適量</p>	<p>【ソース】</p> <p>①玉ねぎと人参、にんにくをみじん切りにする。 ②フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れ、炒める。 にんにくの香りが出てきたら玉ねぎと人参を入れて炒める。 ③②にデミグラスソース、お好みソース、ケチャップ、水を入れ、半分くらいになるまで煮詰める。</p>
<p>【付け合わせ】</p>	<p>【付け合わせ】</p>
<p>1. マッシュポテト</p> <p>じゃがいも（男爵） 200 g 無塩バター 10 g 牛乳 大さじ 1 塩・胡椒</p>	<p>1. ①じゃがいもの皮をむき、1 cm 幅に切る。 鍋でじゃがいもがつかるくらいの水を入れ、茹でる。 ②じゃがいもがやわらかくなったら湯をきり、裏ごしをする。 鍋に裏ごしたじゃがいも、無塩バター、牛乳を入れ、加熱する。 ③塩・胡椒で味を整え、スプーンで形を作る。</p>
<p>2. 人参のグラッセ</p> <p>人参 1 本 ブイヨン 100ml グラニュー糖 大さじ 1 無塩バター 10 g</p>	<p>2. ①人参をシャトーにする。 ②鍋に人参がつかるくらいまでの水を入れ、茹でる。 ③人参がやわらかくなったら湯を捨て、鍋に人参、ブイヨン、グラニュー糖、無塩バターを入れて照りがでるまで煮詰める。</p>
<p>3. グリーンリーフなど</p>	<p>3. 水で洗い、水分をとる。</p>