

総料理長 前川が、お家でできるレシピをご紹介します

CHALLENGE!

お料理教室



冷製スープというと、じゃがいもやトマトをイメージされる方が多いと思いますが、今回はりんごがメイン。クリーミーだけど甘酸っぱさも感じられる特別なスープです。

パスタは新鮮なイカを使ってシンプルに。わたをマヨネーズと和えて、ソースに加えるのがおいしさのポイントです。パスタは楕円形のリングイネを使用しました。弾力があり、モチモチとした食感が楽しめますよ。

総料理長 前川



りんごの冷製スープ

材料【4人分】

- りんご(大).....2個
- 玉ねぎ(小).....1/4個
- ローリエ.....1/2枚
- チキンブイヨン.....500cc
- バター.....20g
- 生クリーム.....30~40cc
- 牛乳.....30~40cc
- 塩・こしょう.....少々



作り方

1 りんごは皮をむいて芯を取り、厚さ1cmぐらいにスライスする。



2 玉ねぎは5mmぐらいにスライスする。

3 鍋にバター、ローリエを入れて、中火で玉ねぎを炒める。しんなりしてきたら、1のりんごを入れ焦がさないように5分ほど炒める。

ここがPOINT ローリエを入れる時は、半分に折って入れましょう。香りが出やすくなります。



4 3にブイヨンを入れ、中火で15分程煮る。



5 ローリエを取り出し、ジューサーにかける。粗熱が取れたらざるで漉し、冷蔵庫で冷やす。



6 5に生クリーム、牛乳を入れ、塩、こしょうで味を調える。

ここがPOINT お好みでプレーンヨーグルトを加えると味に変化が出ていいですよ。



7 器に入れて完成！今回はりんごをくり抜き、器にしてみました。



するめいかのパスタ

材料【4人分】

- するめいか(鮮度の良い物).....2杯
- 玉ねぎ.....1/2個
- 本しめじ.....1パック
- にんにく.....1/2片
- 大葉.....4枚
- オリーブオイル.....30cc
- マヨネーズ.....わたと同量程度
- 白ワイン.....少々
- 濃口しょうゆ.....少々
- 塩・こしょう.....少々
- バター.....20g

作り方

1 いかは掃除をして、わたの部分を包丁の背でこそげて、同量のマヨネーズと合わせておく。



2 胴の部分は1cm幅ぐらいの輪切りにする。目の部分とくちばしを取り切り分けておく。



3 フライパンにオリーブオイルとみじん切りにしたにんにくを入れる。香りが出たら玉ねぎを加えて中火で炒める。



ここがPOINT にんにくは焦げやすいので、オリーブオイルが冷たいうちに入れましょう。

4 いかを入れ、中火で炒める。火が通りはじめたらしめじ、1のわた、白ワインを加える。



5 茹でておいたパスタを入れる。



ここがPOINT 水分が足りなければ、茹で汁を少量加えましょう。

6 塩、こしょう、しょうゆで味を調べ、仕上げにバターを加える。

ここがPOINT バターを最後にすることで、香りとこくが出来ますよ。



7 お皿に盛り付け、大葉の千切りを散らす。



完成!!