

～知ってみよう、やってみよう、異文化！！～ No.41

ハロハロ☆ikoryu ロシア day レシピ

<鶏肉の白ワイン煮込み>

○材料

とり^{とりにく}もも肉^{にく} 1人 1～2本 にんじん^{にんじん} 1本 たま^{たま}こ^こ玉ねぎ1個

しろ^{しろ}白ワイン 40ml しおしょうしょう^{しおしょうしょう}塩少々 マヨネーズ てきりょう^{てきりょう}適量 サラダ^{あぶら}油^{てきりょう}適量

チーズ1/2袋^{ふくら}

○作り方

1. 鶏もも肉は塩少々とワインを揉みこんで10分ほど置く。
2. ニンジンは細めの薄く小さい板状に切り分ける。
3. 玉ねぎは半分に切って5ミリくらいの厚さに切り、サラダ油で透き通るまで炒める。
4. 鍋に鶏もも肉、人参、玉ねぎの順に重ね入れ、マヨネーズをかけて、ふたをした鍋ごとオーブンに入れて180度から200度くらいに熱したオーブンで40分焼く。
5. 40分後に鍋を取り出しふたを開けてチーズを振りかける。
6. 再び鍋のふたを取ってオーブンに入れ、チーズに焼き目がつくくらいまで焼く。



<リンゴタルト>

○材料 (1グループ)

たまご1個 リンゴ1個 (シナノゴールド) バター100g 小麦粉100g
砂糖適量

○作り方

1. たまごの黄身と白身を分ける
2. 黄身と砂糖大さじ1・バターをスプーンで混ぜる
3. 2に小麦粉を少しずつ加え、耳たぶのかたさくらいになるように混ぜ合わせ生地をまるめて10分ほどねかす。
4. リンゴを皮つきのままで、種だけを取り2mm～3mmくらいの厚さに切る。
5. 生地を広げてりんごを生地をうめるように並べる。
6. 白身を砂糖と一緒にあわだて5の上のせてオーブンで焼く。
(はじめはアルミホイルをかぶせる。鶏肉と一緒に40分くらい焼く)

<サラダ>

○材料

キャベツ1/2

とうもろこし(粒になったもの)

カニかまぼこ1パック



○作り方

1. キャベツは少し大きめのざく切り、カニかまぼこは適当に切る。
2. キャベツ・とうもろこし、カニかまぼこをマヨネーズであえる。