

～知ってみよう、やってみよう、異文化！！～ No.25

ハロハロ☆ikoryu



# チェコ day

かていりょうり つく  
チェコの家<sup>か</sup>庭<sup>てい</sup>料<sup>りょう</sup>理<sup>り</sup>を<sup>つく</sup>作<sup>る</sup>り<sup>な</sup>が<sup>ら</sup>ら

たの こ<sup>う</sup>り<sup>ゃう</sup>  
楽<sup>たの</sup>しく交<sup>こ</sup>流<sup>う</sup>し<sup>ま</sup>し<sup>よ</sup>う<sup>。</sup>。

と き： 2014 年 3 月 9 日 ( 日曜日 ) 10:00~13:00

9:45 から受付

と ころ： たけまるホール 調理室 生駒市北新町 9 番 28 号

内 容： vepřo-knedlo-zelo (ポーク、キャベツ、ダンプリング (ボイルパン))  
鶏肉レバースープ、アップルパイ

講 師： 谷口マルチナさん

定 員： 36 人

参加費： 800 円 (材料費込み・幼児無料)

持ち物： エプロン、三角巾、ふきん、タオル



## 1. Polévka s jätrovými knedličky 鶏レバー団子入りスープ

### スープ (1.5 リットル)

鶏ガラ	一個	セロリ	10 cm
たまねぎ	1 玉	オールスパイス	3 粒
にんじん	1 本	コショウ	3 粒
長ネギ	5 cm	にんにく	1-2 片 (ぺん)
パセリ	一束	塩	少々

鶏ガラと野菜を水に入れて二時間ほど煮る。圧力鍋だと 30 分ぐらいで結構です。そのあと野菜や肉を切る。

肉を各皿に入れて、野菜をスープにもどす前にレバー団子をスープで煮る。

(スープを煮ている間に豚肉の準備をしましょう)

### レバー団子

鶏レバー	100 g	塩	少々
卵	1 個	こしょう	少々
パン粉	コップ一杯	マジョラム	ひとつまみ
にんにく	2 片 (潰す)		(手ですり潰す)

レバーを洗って、包丁で潰す。材料と混ぜて、冷蔵庫で 30 分ぐらい冷やしておく。サランラップを使って、小さい団子を作って、スープで煮る。

### そうめん

そうめんを 5 cm くらい切って、ゆがく。

お皿に入れておく。

## 2. Vepřo knedlo zelo 豚とキャベツとボイルパン

### 肉

豚肩肉	500 g	ベーコン	50 g
たまねぎ	一玉	塩	少々
にんにく	2片	キャラウエー	

オーブンの皿に切ったたまねぎやベーコンをちりばめる。その上に塩、キャラウエイ、にんにくをまぶした豚肉のかたまりをオーブンで190度で1時間45分焼く。

### ボイルパン

①		②	
イースト	小さじ 2	小麦粉	400-500 g
砂糖	小さじ 0.5	塩	少々
牛乳	50 ml	一日寝かした食パン	二枚
		卵	1 個
		牛乳	200 ml

①コップに暖かい牛乳 50 ml、砂糖とイースト。それを 10-15 分保温しておく。

②小麦粉、食パン(細かく切った)、塩、卵と①を混ぜて、牛乳 200 ml 様子を見ながら加える。

30 - 60 分保温しておく。

③生地を二つに分けて、細長い形を作ります(鍋にちょうど長さ)。

鍋のお湯に塩を入れて、②を 25 分ぐらい煮る。10 分後パンを返す。

出来上がったパンを出して、フォークで穴をあけて、鋭い包丁で 1 cm ぐらいにスライスする。

### キャベツ

①		②		③	
油	大さじ 1	塩	小さじ 1	じゃがいも	1 個
たまねぎ	1 玉	酢	適当		
ベーコン	100 g	砂糖	小さじ 1		
キャベツ	500 g	キャラウエー	少々		

①鍋でたまねぎやベーコンをいためて、細かく切ったキャベツを加えて炒めま

す。やわらかくなったら②を味見しながら加えます。

じゃがいもをけずって、一分煮る。

### 3. *Jablečný štrúdl* アップルパイ

アップルパイ生地	2 枚	パン粉	少々
りんご	1 個	砂糖	少々
ほしぶどう	適当	シナモン	少々

生地をひろげて、パン粉を振って、おろしたりんごを広げる。

40度の湯に漬けたほしぶどうを適当に加えて、砂糖やシナモンをまぶしたら、丸めます。

200度で20分くらいオーブンで焼きます。

#### 作る順番

1. チキンスープ
2. 豚肉
3. ボイルパン
4. 鶏レバー団子
5. キャベツ
6. アップルパイ