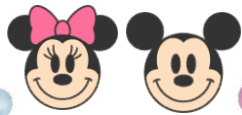


保護者の皆様へ



60周年
since 1961
HANAZONO



R4. 3. 7
花園保育園

3月9日

開始

ディズニーリゾートレシピアレンジ

花園でディズニーを味わおう！ディズニーランドのレストラン20店舗のレシピ応用

鯖の山椒煮

〈材料〉(2人分)

鯖	70g × 4切れ
A	
水	600ml
酒、みりん	各大さじ4
砂糖	大さじ2
和風だし(顆粒)	小さじ2
B	
しょうゆ	50ml
しょうがの薄切り	4枚
実山椒	30g
たまりしょうゆ	20ml



作り方

1. 鯖を約80℃の湯で霜降りにし、キッチンペーパーでふく。
2. 鍋にAを入れて強火にかけ、煮立ったら中火にする。鯖、Bを加えてアクをとりながら10分煮、たまりしょうゆを加えてさらに10分煮る。火を止めて冷まし、味を含ませる。



4月予定

銘柄鶏の竜田揚げ

〈材料〉(2人分)

鶏もも肉	2枚
A	
酒	各大さじ2
おろししょうが	小さじ2
片栗粉	大さじ4
揚げ油	適量
粉山椒	好みで少々
照り焼きのたれ	100ml
(A)	
しょうゆ	200ml
酒、みりん	各250ml
砂糖	大さじ1
かつおだしのもと	小さじ2
水溶き片栗粉	各大さじ1



作り方

1. ポリ袋などに鶏肉とAを入れて揉みこみ、冷蔵庫で1時間寝かす。
2. 鶏肉を出して片栗粉をまぶし、165℃の揚げ油で7分揚げ、網に取り出し、2分おいて余熱で火を通す。
3. 鍋に(A)を入れて火にかけ、ひと煮立ちしたらかつおだしのもとを加えて弱火で10分煮る。水溶き片栗粉をしっかり混ぜてから加え、とろみがついたら火を止めて常温でゆっくり冷ます。キッチンペーパーを重ねたざるでこす。
4. 鶏肉を5等分に切り、照り焼きのたれをかけ、お好みで粉山椒をふる。(こ)

