



かんたんレシピで 気軽に作ろう!

黄金色のおせち料理



12月放送分レシピ



錦 卵

【材料：4人分】

卵……………6個
砂糖…………大さじ5
塩……………適宜

作り方

- ①卵を固ゆでにし、白身と黄身に分けて裏ごしし、それぞれに砂糖大さじ2と1/2、塩一つまみを混ぜる。
- ②流し箱に、白身を平らにきっちりと押し詰め、上に黄身を、大さじ3ほど残して詰める。
- ③残した大さじ3の黄身をその上から、ふわっと散らす。
- ④蒸し器に入れ、中火で約10分蒸す。冷めたら、流し箱からとり出し、好みの大きさに切り分ける。



えびの岩石卵

【材料：4人分】

卵……………5個
車えび…………8尾
砂糖…………大さじ3
塩……………適宜

作り方

- ①卵を固ゆでにする。白身は乾いたまな板の上で、ザクザクとあらく刻む。
- ②君に砂糖と塩一つまみを加えてよく混ぜ、さらに白身を加えてサックリませる。
- ③えびは沸騰湯の中で赤くなるまでゆで、冷めたら尾のそばの一節を残し殻をむく。長さを半分に切り、頭のほうは、1センチのぶつ切りに②の卵にませる。
- ④ラップを15cm程に切り、②の卵を8等分してのせ、③のえびの尾を立てる。キュッと丸くしばって輪ゴムで結ぶ。
- ⑤蒸し器なら、6～7分蒸す。電子レンジ強なら、3分加熱する。冷めたら、ラップをはがす。



スウィートポテト風 栗きんとん

【材料：4人分】

さつまいも…………350g
生クリーム… 80ccカップ
砂糖……………大さじ1
バター……………大さじ1
塩……………ひとつまみ
栗の甘露煮…………5～6個
卵黄……………1個分
みりん……………小さじ1

作り方

- ①さつまいもを蒸し、裏ごしする。
- ②厚い鍋に、生クリーム・砂糖・バター・塩を入れて煮立て、①を加え、ほつりとするまで練りあげる。
- ③栗の甘露煮を、小さく切って加え、もうひと練りして、火を止める。
- ④少し冷めたら、ピンポン玉くらい大きさに丸め、茶巾絞りにする。
- ⑤卵黄とみりんを混ぜ、ハケで、④の表面をさっと塗る。転がらないように耐熱皿に並べ、オーブントースターで焦げ目をつける。



江戸前風ちらしずし

作り方

【材料：4人分】

米……………2合
酢……………50ml
砂糖…………大さじ1と1/2
塩……………小さじ2/3
甘酢しょうが…………60～70g
干しいたけ…………5個
しいたけのもとし汁…………50ml
だし汁…………200ml
みりん…………大さじ1/2
ゆでたけのこ…………100g
薄口しょうゆ…………小さじ1
れんこん…………50g
木の芽…………10枚
鯛(刺身用・さく)…………100g
ゆでたこ…………80g
いか(刺身用)…………100g
イクラ…………大さじ2



- ①ずしめしを作る。米を洗い、昆布といっしょに分量の水に30分以上つけ酒を入れて炊く。ずし酢を作り、炊きたてのご飯に混ぜ、あおいて人肌に冷ます。甘酢しょうがを混ぜる。
- ②野菜などの具を作る。もどした干しいたけは、煮汁がなくなるまで煮る。半分の削ぎ切りにする。たけのこの穂先は、縦に7～8mmの厚さに切り、煮汁がなくなるまで煮る。れんこんは、4～5mmの輪切りにし、穴に沿って皮をむいて花れんこんにする。煮汁がなくなるまで煮る。
- ③魚介を切る。鯛、たこは、薄い削ぎ切りにする。いかは2×6cm位の短冊切りにし、片方に切込みを入れ、熱湯にさっと通して氷水にとり、水気をきる。
- ④盛りつける。ずしめしを器に盛り、野菜の具と魚介の具を並べイクラと木の芽を飾る。わさび醤油(分量外)をそえる。

