

# 世界の料理教室

## —ヨーロッパの家庭料理—

昨年10月30日(木)に勤労福祉会館料理実習室で講師に料理研究家の片桐早苗さん(ワルツ経営者)をお招きし、料理教室を開催しました。参加者は42人でした。メニューはハンガリー風シチュー、シーザーサラダ、アイスクリームのエスプレッソがけ、プチパンでした。エスプレッソは機械で抽出し、プチパンは特にていねいに教わり、お土産までありました。皆さん大喜びでした。レシピの一部を紹介します。

### ----- ハンガリー風シチュー(パロツス地方) -----

材料(6人分)

豚肉(かつ用ロース100g)	6枚
塩、こしょう	少々
玉葱	中2コ
サラダ油	大さじ2
パプリカ(煮込み用)	大さじ2
にんじん	中2本
じゃが芋	中6コ
固形スープの素	3コ
水	4C~
A { サワークリーム	200g
小麦粉	大さじ4
塩、こしょう	少々
パセリ(みじん切り)	適宜
又は茹でたいんげん	
<トッピング用>パプリカ	適宜

作り方

豚肉は一口大(2cm角)に切り、塩、こしょうを軽く振っておく。

玉葱はたて半分に切り、1cmの厚さに切る。

フライパンにサラダ油を入れ、火にかけ、豚肉の両面を焼き、玉葱を加え、3分ほど炒め、パプリカを加え、軽く炒める。水4Cを加え、30分程煮る。時々、アクを取る。

の中に5mm幅のいちょう切りにしたにんじんと皮をむき一口大に切ったじゃが芋を加え煮る。固形スープの素も加える。

材料が柔らかくなってきたら、Aを混ぜて加える。3分程煮たら、塩、こしょうで味を整え、器に盛り、パセリを散らす。

好みにより、パプリカを振りかける。



先生にプチパンの成形を教わりました。



当日のメニューです。



### ----- シーザーサラダ -----

材料(6人分)

レタス	300g
シーザードレッシング(市販)	大さじ5
クルトン	大さじ6
パルメザンチーズ(すりおろし)	適宜
ベーコン(1cmに切る)	6枚
サラダ油	小さじ1

作り方

フライパンにサラダ油を入れ、ベーコンをカリカリに焼いて、ペーパータオルの上に置き、油をきる。

レタスは洗って、一口大にちぎり、水を取り、ドレッシングであえる。クルトンとベーコンを上飾る。チーズを振る。



### ----- アイスクリームのエスプレッソがけ -----

材料(6人分)

エスプレッソコーヒー	6人分
アイスクリーム	6人分
サンプカ(香草入りイタリアンリキュール)	少々

作り方

器にアイスクリームを盛り、熱いエスプレッソをかけ、サンプカをかける。

NECワープロ・パソコン専門店  
文具・事務用品・紙製品  
スチール家具・OA機器



有限会社 **するが屋**

豊川市光明町2-7

(0533)86-2509 FAX(0533)86-2299

# 村松書店

〒442-0041 豊川市旭町6番地

TEL (0533) 86-3810

FAX (0533) 86-2682

E-mail add.

mbooks@amitaj.or.jp