

10/1 (月) エノマヨ (オイさん)

(材料2人分)

エノキ：70g

A {
マヨネーズ (下記参照) : 20g
みそ : 5g
酢 : 小さじ1
砂糖 : 小さじ1/2
塩・こしょう : 各少々
オリーブオイル : 小さじ1

<マヨネーズ> (作りやすい分量)

{
卵黄 : 1個分
塩 : 小さじ1/2~1
こしょう : 適量
からし : 小さじ1/2~1
酢 : 大さじ1
サラダ油 : 200ml

- ① エノキは石づきを取り食べやすい大きさに切る。
- ② マヨネーズを作る。金気を嫌うので出来ればガラスやプラスチックのボウルと泡立て器を用意する。ボウルの水分もよくふき取っておく。
- ③ ②のボウルに卵黄・塩・こしょう・からし・酢小さじ1を入れてよく混ぜる。サラダ油を小さじ1ずつタラタラ加えては混ぜを繰り返す。
- ④ ③のマヨネーズの塊が大きくなってきたらサラダ油の量を小さじ1ずつに増やし混ぜながら合わせていく。酢も合間を見て加えていき、すべての材料を混ぜきったら完成。
- ⑤ 鍋に湯を沸かし①のエノキをサッと茹でて、ざるに上げ、水気を切る。
- ⑥ ボウルに A を混ぜ合わせる。食べる直前に、⑤を加えて和え、器に盛って、オリーブオイルをたらす。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。