



10/2(金) 塩鮭の親子丼風きのこリゾット (今道康弘さん)

(材料2人分)

(きのこリゾット)

- A { しめじ：30g
チョーコー醤油
京風だしの素うすいろ：20g
水：80g
温かいごはん：150g
ピザ用チーズ：20g
バージンオリーブ油：10g

(塩鮭の親子丼風あん)

- B { 塩鮭：1切れ(80g)
長ねぎ：30g
三つ葉の茎：10本分
ピザ用チーズ：20g
チョーコー醤油
京風だしの素うすいろ：10g
水：60g

たまご(L)：3個

三つ葉の葉：9本分

バージンオリーブ油：10g

(飾り)

三つ葉の葉：1本分

- ① (下処理) しめじは石づきを除き、小房に分ける。塩鮭は一口大に切る。長ねぎは斜め薄切りにする。三つ葉の茎は細かい小口切りにして、葉は飾り用を取り分けて、残りは手で軽くちぎる。たまごは溶きほぐす。
- ② きのこリゾットを作る。鍋にAを入れて火にかけ、ひと煮立ちさせる。
- ③ ②に温かいごはんとピザ用チーズを加えて、全体になじませながらリゾット状に仕上げる。最後にオリーブ油を回しかけて、火を止め、器に盛る。
- ④ 塩鮭の親子丼風あんを作る。別鍋にBを入れて、長ねぎに軽く火が通るまで煮る。
- ⑤ ④の鍋に溶きたまごを回し入れ、ゆっくり火を通す。半熟状になったら、飾り以外の三つ葉の葉を加える。最後にオリーブ油を回しかけて火を止め、③のリゾットの上に盛り、飾り用の三つ葉を添える。

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、NBC アプリやインターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。