

手間なし料理をマスターしよう! ④

パーティーにおすすめ! 簡単で楽しいパンの詰め物

細長いフランスパンの中身をくり抜き、ポテトサラダを詰めるだけです。サラダは手作りでも、市販品でもOK。中身がなじんだら、輪切りにして皿へ。小型の丸いフランスパンにシチューを詰めるのもおすすめです。パンの上部は切ってふたにし、ニンニクをこすります。パンを温め、シチューに入れればでき上がりです。



酒のつまみに! さっぱり風味の和風ウインナー

作り方は簡単。ウインナーに切れ目を入れ、さっとポイルし、たっぷりの大根おろしで食べます。しょうゆでもポン酢でも味はお好みでOK。



捨てるのはもったいない! セロリの葉はつくだ煮に

セロリの葉はみじん切りにして油でよく炒め、じゃこや白ごまを加えてしょうゆ、酒、砂糖で調味。濃いめの味つけにして常備菜に。鶏肉と合わせてスープにしたり、てんぷらにするのもおすすめです。



洋風でも和風でもおいしい 大根とあさりの一品

大根は短冊に切り、みじん切りののにんにくとバターで炒め、あさりと酒を加えてひと煮します。和風味なら、大根をだし汁でさっと煮、あせりと酒を加えてひと煮すればでき上がり。あせりは生のものでも水煮缶でもOK。



きゅうりをたたいて四川風 即席漬けやおかずサラダに

きゅうりを包丁の柄や空き瓶などでたたきつぶし、豆板醤をきかせた中華だれに漬けると、おいしい即席漬けのでき上がり。ポイルしたえびやミニウインナーなど好みのものを組み合わせれば、おかずサラダにもなります。



昆布茶に青みを添えて 和風おすましに

お椀に粉末の昆布茶を入れ、お湯を注ぐだけで和風おすましができます。塩分はありますから、味つけは控えめにしましょう。青ネギや青じそ、木の芽、ゆずなどの香りを添えるのがおすすめです。

