

メニュー名 レモンすき焼き風パイ包み

料理のおすすめポイントやコツ
(150字以内)



三原市の名産たこ・わけぎ・神明鶏・レモンを使ったパイ包みです。レモンの酸っぱさと肉や野菜のうまみをすき焼きのタレでぎゅっと煮詰めた具材をサッパリのパイで包むことでいつまでモモを食したかで済みます。すき焼きにレモンを入れ煮込むことで、すっぱりと食感ることかです新しい味を知ることもできます。

使用材料と必要な分量 (一人前)	薄力粉 100g	酒 50mL	わけぎ 20g
	サラダ油 40g	みりん 50mL	鶏むね肉 60g
	牛乳 30cc	醤油 100mL	たニ 15g
	塩 ひとつまみ	砂糖 15g	焼き豆腐 20g
	レモンの皮 20g	卵黄 1つ	レモン 1/2
		酒 大匙1	

調理方法と調理時間	①薄力粉をボールに入れサラダ油を加え全体がパラパラするまで混ぜる	⑪粉を整わせて200°のグリルで30分焼く
	②牛乳と塩、すりおろしたレモンの皮を加え1まと判にする。	⑫卵黄にしぼったレモン汁大匙1を加えソースを作る
	③めんぼうで伸ばした生地を10回くり返す	⑬皿にソースを盛り、上にパイを盛りつける
	④冷蔵庫で30分寝かす。	調理時間 1時間15分
	⑤わけぎ、たニを1口大、レモンを輪切りに切る	
	⑥鶏むね肉に酒を入れませ、焼き豆腐と同じくらいの大匙に形を整える。	
	⑦鶏むね肉をフライパンで焼く。	
	⑧タニにわけぎ、たニ、焼き豆腐、輪切りレモン3枚、酒、みりん、醤油、砂糖を加え、10分煮る	
	⑨焼き豆腐、鶏むね肉、レモン、わけぎ、たニの順に重ねる。	
	⑩寝かしておいたパイ生地で包む	