

今井電器です

今回の料理サロンは、作っておいて安心作りおき
おかず特集です。圧力鍋とピストロも使ってデザートは
人気のシュークリームです。

またどちらかの日に人数が集まる傾向がありますので、
2日間どちらでも良い方は下の欄に○印をつけて
いただくか、お電話にて申し込みいただく際に
口頭にてお伝えくださいよろしく願いたします。



..... 切り取り

2日間どちらでも良いかたは○をお願いいたします

お名前	
ご住所	
お電話	



5月のお料理サロン

5月23日 (水) 24日 (木)

AM10:00~12:30

×メニュー予定



初夏のラトウイユ
ペペロンチーノ風きんぴら
お茶のシュークリーム



参加費
500円

場所：エコはぴー 今井電器高槻販売株

お申し込みはお電話またはFAXで先着順とさせていただきます
当日はエフロンご持参願います

高槻市日吉台1-17-6
TEL072-687-0538 FAX072-687-5052

本日のクッキングレシピ

抹茶シュークリーム

材料 8こ分		作り方
生地		1 鍋に水とバターを入れ沸騰させ、ふるった薄力粉を入れよく練る
バター	60g	
薄力粉	65g	2 さらによく混ぜながら溶いた卵を少しずつ加える
水	90g	(柔らかくなりすぎないように)
卵	2個	3 絞りだし袋に入れクッキングシートを敷いた天板に8個に絞る
抹茶クリーム		4 ビストロのシューコースで下段に入れ焼く
牛乳	300cc	5 深めの耐熱ボウルに牛乳を入れラップなしでレンジ600wで
薄力粉	大さじ1と1/2	2分加熱する
砂糖	60g	6 砂糖、薄力粉、コーンスターチをふるいながらよく混ぜ
コーンスターチ	大さじ1	5の牛乳に少しずつ混ぜ卵黄も加える
卵黄	3個	再びレンジ600wで1分かけまぜ、30秒ずつレンジをかけては
バター	8g	よく混ぜとろみがつけば加熱をやめバターとバニラエッセンスと
バニラエッセンス	少々	抹茶を加えうらごししてよく冷やしておく
抹茶	大さじ1〜2	7 冷ましたシューに切り目を入れ抹茶クリームを入れホイップも
生クリーム(缶)	適宜	絞り入れる

ラタトゥイユ

材料 4人分		作り方
ズッキーニ	1本	1 玉ねぎ生姜セロリはみじん切りにしておく
ナス	1本	2 ズッキーニ、ナス、ピーマン、人参、エリンギは一口大にしておく
セロリ	1本	3 圧力鍋にオリーブオイルを敷き、玉ねぎとしょうがを
エリンギ	2本	炒め香りが出たらセロリを加える
トマト缶	1缶	4 トマト缶と味噌とブイヨンと一口大に切った野菜を入れ
玉ねぎ	1個	ざっと混ぜ合わせる
オリーブオイル	大さじ2	圧力鍋に蓋をセットして低圧で2分かける
ピーマン	1個	5 ブザーが鳴って圧力が下がればふたを開け少し
人参	1本	塩コショウを加え煮込み味をなじませる
八丁味噌	10g	
生姜	1片	
塩こしょう	少々	
ブイヨン	大さじ1	

ペペロンチーノ風きんぴら

材料 4人分		作り方
ごぼう	1〜2本	1 ベーコンとごぼうは千切りにしておく
ベーコン	2枚	2 ニンニクはみじん切りにする
ニンニク	1片	3 フライパンにオリーブオイルとニンニクを入れ
鷹の爪	適宜	ゆっくり加熱し鷹の爪を加えベーコンとごぼうも加え
オリーブオイル	大さじ1	火が通れば昆布茶と塩で味付けをする
昆布茶	小さじ1	