

おいしい・簡単・オシャレなお料理でおなじみの

吉原ひろこ先生のレシピシリーズ50

～ガス火で彩るパーティー料理～

3色ピーマンの花ミートローフ



材 料

A

牛ひき肉	800g
たまねぎ	300g (大1個)
卵	2個
生パン粉	1カップ
生クリーム	100cc
塩	小さじ2
こしょう	少々
ナツメグ	少々



パプリカ (赤・黄色)	..	各1個
グリーンピーマン (大きめのもの)	2個
黒オリーブ	8個
クルミ	8個



ヒイラギの葉、または枝など

作り方

1 下準備

たまねぎを粗みじん切りにしておく。



ガスオーブンを180度に予熱しておく。

ピーマンとパプリカを、放射状に切っておく。



Point !

ピーマンやパプリカの白い部分は苦味があるので、取り除いておくといいでしょう。



2 オーブンで焼く

Aの材料を混ぜ合わせる。



丸型にオイルを塗り、切ったパプリカ、ピーマン、オリーブ、クルミを花の形のように並べていく。

Point !

出来上がりは、型の底面が上になるので、ひっくり返したときにきれいなように並べましょう。



その上に、混ぜ合わせたAを敷きこむようにのせ、やや押さえながら空気を抜く。

Point !

混ぜ合わせたAの材料を2等分にし、半分を真ん中に敷きつめ、もう半分で周りの空いているところを埋めていくとやりやすいです。



型をオーブンに入れ、40分間焼く。



3 仕上げ

40分経ったら竹串で刺してみても、肉汁が透き通っていればオーブンから取り出す。



お皿に、野菜やヒイラギの葉など、クリスマスの感じが出るように飾りつけをする。

焼きあがったミートローフを裏返しにして取り出し、お皿の真ん中へのせる。



グリル生鮭のオートブル



材 料

刺身用生鮭フィレ	・・・	片身
塩	・・・	大さじ1
砂糖	・・・	大さじ1
こしょう	・・・	多めに
レモン	・・・	2個
オリーブオイル	・・・	適宜
ルッコラ	・・・	1束
バゲット	・・・	1本



作り方

塩、砂糖、こしょうを混ぜ合わせ、鮭に塗り20～30分間置く。

Point! このまま冷蔵庫で3日間ぐらいおくと、そのまま生でもおいしく頂けます！

鮭が引き締まってきたら、キッチンペーパーなどで水分を取る。



しばらく置くと、
こんなに水分が出てきます。



グリルを最大火力にして、3分間表面だけをサッと焼く。



焼きあがった鮭を氷水に取って冷まし、水気をよく取る。



薄くスライスした鮭を、ルッコラと一緒に盛り付け、レモンをあしらう。



オリーブオイルを回しかけて頂く。



バゲットにのせて頂くのがおススメ！
お気に入りのシャンパンと合わせて
ちょっとしたパーティー気分を味わいましょう