

「季節の台所・彩」の
宮田シェフによる
季節のおばんざい

食卓に プロの味を!



「エリンギのバターポン酢炒め」

ココガ
プロのフサ

「ソースを乳化させる」

ポン酢とバターを入れる時に高温になりすぎると分離してしまいます。それを防ぐためにも火を止めてからポン酢を入れ、30秒ほど置いてからバターを加えゆっくりと混ぜます。とろみが出たら乳化が終了したサインです。

〈材料〉

エリンギ…3本

ポン酢(市販品)…大さじ2

バター…大さじ1

白ゴマ・黒コショウ…少々

飾り用ホウレンソウ、大根…適量

シェフのアドバイス

ポン酢とバターのソースは、酸味が利いたまろやかな仕上がり。2つを合わせる時は、白濁してとろみが出るまでしっかりと混ぜましょう。このソースは豆腐ステーキや鶏胸肉のソテーなどにもよく合います。



〈作り方〉

- ① エリンギは、食べやすい大きさに切る。
- ② テフロン加工のフライパンなどに油を引かずにエリンギを並べ、中火で両面を焼く。
- ③ ②の両面に焼き色がついて水分が出てきたら火を止め、ポン酢とバターを加えてからめる(上記参照)。
- ④ 器にエリンギを盛り、フライパンに残ったソースを上から回しかける。白ゴマと黒コショウをかけ、ホウレンソウと薄い銀杏切りにした大根を飾る。

「季節の台所・彩」

北見市光葉町26 ☎0157-33-1267、営業時間:おひるごはん/11時~15時(LO14時)、よるごはん/17時~22時(LO21時)、月曜定休※祝日の場合は翌日

【彩からのお知らせ】

スープカレーは好評のため9月も継続します。また、新メニューとしてトマトハヤシライスが加わりました。どちらもどうぞ。