GEFARM OGAKI × OGAKI SAKURA HIGH SCHOO

ドラム総修×大垣桜高校 オリジナルレシピ





材料 [4人分]

● しいたけ 8個	● 鶏卵 大さじ1	★ しょうゆ ······ 50ml
● 鶏ミンチ ····· 200g	● 片栗粉 大さじ1	★ みりん ········ 50ml
● たまねぎ 70g	● 塩 適量	★ 酒 ············ 50ml
● にんじん 25g	● こしょう 適量	★ 砂糖 ········· 大さじ2
● 青じそ 4枚	★ 出汁 ········· 300ml	● 柚子 ·········· 120g



POINT

〜 ☆しいたけは水気をしっかり切り、うすめにスライスすると貼りやすい。 ☆片栗粉はつけすぎないこと。

☆油の温度は低温で揚げる!



鶏団子のしいたけ包み

作り方



- ① しいたけを1~2mmの厚さでスライスし、★の調味料を合わせただし汁で煮る。
- ② たまねぎ、にんじん、青じそ、しいたけの軸をみじん切りする。
- ③ ボウルに鶏ミンチを入れ、塩こしょうをし、②で切った材料を混ぜる。
- 4 ③の肉だねに溶き卵、片栗粉を入れ混ぜ合わせる。
- ⑤ ラップにしいたけを敷き、丸めた肉だねに片栗粉をまぶして、 しいたけの上に乗せ、しいたけが周りに貼り付くように丸く 形を整える。
- ⑥ ⑤を180℃の油で揚げる。
- ⑦ ①のだし汁は、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑧ 揚げた鶏団子しいたけに⑦のあんをかけ、おろした柚子皮をのせる。



材料[4人分]

しいたけ …… 8個
第卵 …… 小さじ1 ☆ しょうゆ …… 大さじ2
アスパラ …… 2本
片栗粉 …… 大さじ1 ☆ みりん …… 大さじ1
症んじん …… 20g
塩 …… 適量
強 こしょう …… 適量

ジューシーしいたけの美味しさを生かした料理

アスパラガスと 肉詰めしいたけの串焼き

作り方



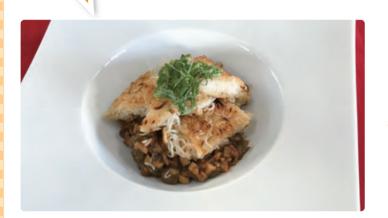
- ① しいたけの軸をとり、笠しいたけにして、軸はみじん切りにする。にんじんもみじん切りにする。
- ② アスパラの皮をむき、塩ゆでする。
- ③ アスパラはしいたけと同じ幅の長さで切り、アスパラには 3カ所ほど隠し包丁を入れる。
- ④ 鶏ミンチに塩こしょうを入れ、よく練る。
- ⑤ ④の鶏肉に溶き卵を加え、①(しいたけの軸とにんじんのみじん切り)と片栗粉を加えてよく練る。
- ⑥ しいたけの笠の裏に片栗粉をまぶす。
- ⑦ しいたけの笠しいたけの笠の裏に⑤の肉だねを詰める。 (肉だねは8等分しておくとよい。)
- ⑧ フライパンに大さじ1の油を入れて、強火にし、肉の方を下にして焼き色をつける。
- 少大さじ3ほどの水を入れ、ふたをし、弱火で蒸し焼きにする。
- 小たを開け、ひっくり返し、再び大さじ3ほどの水を入れて蒸し焼きする。
- ⑪ 火が通ったら肉詰めしいたけを取り出し、☆の調味料を合わせ入れ、ふつふつしてきたら肉詰めしいたけとアスパラを入れ、たれをさっとからめる。
- 🛈 アスパラ、肉詰めしいたけの順に串を刺す。



☆にんじんはゆでてからみじん切りにすると良い。 ☆ゆでたにんじんはしっかり水気を切る。 ☆片栗粉は笠の隅までしっかりと付ける。 VEGEFARM OGAKI × OGAKI SAKURA HIGH SCHOO

心水山粉修 × 大垣桜高校 オリジナルレシピ





夏でも食欲が増す美味しさ! しいたけがちょっと苦手な人でも大丈夫!

ピリパリそうめん

作り方



- ① そうめんを少し硬めにゆでる →水気を切りごま油をからめる。
- ② たまねぎ、生姜、ピーマン、にんじん、れんこんをみじん切り にする。
- ③ しいたけを 3 mm の厚さでスライスする。
- 4) フライパンにごま油を入れて、豚ひき肉、生姜、たまねぎを加 えて炒める。
- **⑤** たまねぎが透明になったら、さらにしいたけ、ピーマン、にん じん、れんこんを加えて炒める。
- ⑥ ⑤の具材に火が通ったら、☆の調味料を入れ、水分をとばす。
- ⑦ フライパンに多めのごま油を入れて、①のそうめんを丸く広 げる。
- 8 両面が黄金色になるまで揚げ焼きにする。
- 9 焼いたそうめんを適当な大きさにカットして、上からあんを かけて完成。

材料[4人分]

- そうめん … 2束 ● れんこん ……… 50g ● ごま油 …… 適量 ● 豚ひき肉 … 150g ★ 酒 ……… 大さじ 4 【あん】 ● たまねぎ ··· 25g ★ 砂糖 …… 大さじ 1 ● 鶏ガラの素 … 大さじ 1/2
- 生姜 ······· 10g 鶏ガラスープ ··· 200ml しいたけ … 150g ★ 甜麺醤 …… 大さじ 2
- ピーマン ··· 30g ★ (豆板醤) ···<mark>······ 小さじ 1/2</mark>
- にんじん ··· 30g ★水 ······ 大さじ6



- ☆そうめんはくっつきやすいのでしっかりとごま油を絡める。
- ☆多めのごま油で揚げ焼きにするとカリッと揚がる。
- ★豆板醤はお好みで辛さを調節してください。大人の方は豆板醤を多めにしても美味しいですよ。

● 水 ……… 大さじ 1

● 片栗粉 …… 大さじ 1



材料[4人分]

- しいたけ …… 4個
- 豚ひき肉 …… 100g ● うずらの卵 …… 4つ
- たまねぎ ……… 1/4
- 鶏卵 ⋯⋯ 1/3 ● 塩 ······ 適量 ● こしょう ……… 適量
- 片要粉 …… 適量
- バター ······· 10 g
- 〈ソース〉
- ウスターソース … 大さじ 3
- ケチャップ …… 大さじ4



☆うずらの殻は壊れやすいので慎重にむく。

☆しいたけと肉が分離しやすいので片栗粉は隅までしっかり付ける。 ☆ソースはしっかり火を通すことでほどよい酸味になる。

子どもも喜ぶ!うずらの卵がかくれんぼ

しいたけ帽子の スタッフドエッグ

作り方



- うずらの卵をゆでる 沸騰してから2分ゆでて火を止め2分置き、氷水にさら して殻をむく。
- ② たまねぎはみじん切りにし、バターで炒めて冷ましておく。
- ③ しいたけの軸は刻んで軽く塩をふっておく。
- 4 ひき肉、たまねぎ、刻んだしいたけの軸、卵 1/3、塩、こしょう (ナツメグ)をよく混ぜ、うずらの卵に巻き付ける。
- ⑤ しいたけは笠の裏側に片栗粉をつけて④の肉だねを詰める。
- ⑥ 肉を下にして180度に余熱したオーブンで20分焼く。
- ⑦ ウスターソースとケチャップを合わせて加熱し、 ソースを作る。
- ⑧ ソースを添えて完成。