

教えて / みんなのうちのごはん

今月のテーマ

クリスマスのごちそうレシピ

12月といえばやっぱりクリスマス！
わが家のクリスマスごちそうレシピをご紹介します♪

材料(4人分)

生鮭…2切(200g)
白はんぺん…100g
赤パプリカ…30g
アスパラガス…1本

マヨネーズ…大さじ1
牛乳…大さじ1
卵…1個
塩こしょう…少々

ソース
マヨネーズ…大さじ1と1/2
プレーンヨーグルト…小さじ1

作り方

- 骨と皮を除いた生鮭、白はんぺんを一口大に切る。赤パプリカは5mm角に、アスパラは5mm幅に切る。
- フードプロセッサーに生鮭と白はんぺん、Aを入れ、よくかくはんし、赤パプリカ、アスパラを混ぜ合わせる。
- 耐熱の型に②を流し入れ、ラップをして600Wのレンジで3分加熱する。
- ③を冷まして型からはずし、1人2切になるよう切り分け、ソースの材料を合わせかける。

川辺町 だいふくさん
わが家ではクリスマスにチーズフォンデュは欠かせません！

簡単! 鮭テリーヌ

Time 参考調理時間:約15分 Kcal 1人あたり:約172kcal



可児市 さゆなおままさん
流し入れる型は牛乳パックで代用できますよ！

これがおすすめ
サーモン切身(骨取り・皮取り)
凍 200g(4切)
本体価格 520円
税込価格 561円

材料(4人分)

鶏手羽元…8本
しょうゆ…大さじ3
砂糖…大さじ2
蜂蜜…大さじ2
酒…大さじ2
すりおろしにんにく…小さじ1/2
塩…ひとつまみ

作り方

- 鶏手羽元にフォークで穴をあける。
- ビニール袋に漬け汁の材料を合わせ、その中に①を入れて冷蔵庫で一晩漬けておく。
- ②を200度に熱したオーブンで20分焼く。

<フライパン調理の場合>
表面に焼き色がついたら、蓋をして弱火で5分程度蒸し焼きにする。

これがおすすめ
産直若鶏手羽元(バラ凍結)
凍 500g
本体価格 428円
税込価格 462円

ローストチキン

Time 参考調理時間:約30分 Kcal 1人あたり:約303kcal



大野町 よっしーさん

材料(8人分)

【27cm角の天板1枚分スポンジ】 【チョコクリーム】
卵黄…80g(Lサイズ4個分) 生クリーム…300g
砂糖…20g グラニュー糖
サラダ油…50g グラニュー糖
牛乳…25ml …15g
ココア…5g 板チョコ
卵白…80g(Lサイズ2個分) …1.5枚
砂糖…50g
薄力粉…30g

作り方

- 卵黄と砂糖を湯せんで泡立て、サラダ油を2~3回に分けて入れる。牛乳にココアを混ぜ合わせたものも加えて混ぜる。
- 卵白に砂糖を半量入れ少し泡立て、残りの半量を入れ、角が立つ位に泡立て固いメレンゲをつくり、①に入れ混ぜ合わせる。ふるった薄力粉も加え、大きくゆったり混ぜる。
- ②をオーブンシートを敷いた天板に流し込み、190度のオーブンで10分焼く。焼き終わったら冷ましておく。
- 生クリームに砂糖を加えしっかり角が立つまで泡立て、湯せんで溶かした板チョコも混ぜる。
- ④を③に塗って巻き、端をななめに切って上のにせ、全体にも④を塗る。フォークで模様を描き、お好みのトッピングをする。

これがおすすめ
さくら米たまご(10個)
本体価格 268円
税込価格 289円

チーズフォンデュ

Time 参考調理時間:約10分 Kcal 1人あたり:約232kcal



材料(4人分)

ミックスチーズ…200g
片栗粉…大さじ1
にんにく…1かけ
牛乳…200ml
こしょう…適量
お好みの具材

作り方

- ミックスチーズに片栗粉をまぶす。
- にんにくをこすりつけた鍋に①と牛乳を入れて弱火で煮溶かす。
- チーズが溶けたら、こしょう少々を加えお好みの具材をくぐらせていただく。

これがおすすめ
よつ葉 シュレッドチーズ増量(北海道十勝産ナチュラルチーズ使用)
蔵 300g(250g+50g)
本体価格 548円
税込価格 591円

ブッシュドノエル

Time 参考調理時間:約1時間 Kcal 1人あたり:約376kcal



多治見市 4Aさん
毎年ロールケーキを作って、娘達にチャームを飾りつけてもらいます。

これがおすすめ