

教えて みんなの うちのごはん

今月のテーマ / クリスマスレシピ

料理やデザート、飲み物etc. わが家のクリスマスレシピをご紹介します♪

ハッセルバックポテト

Time 参考調理時間:約15分
Kcal 1個あたり:約298kcal

材料(4個分)

- じゃがいも(メークイン)…4個
- ベーコン…5枚
- オリーブオイル…大さじ3
- パルメザンチーズ…大さじ2
- ハーブソルト…小さじ1

作り方

- まな板に割り箸を2本置いて、間にじゃがいもをのせ、下まで切りきってしまわないように、2mm間隔に切り目を入れる。10分ほど水にさらす。
- 耐熱皿に入れラップをして600wの電子レンジで3~4分、やわらかくなるまで加熱する。
- ベーコンを1cm幅程度に切り、じゃがいもの切り目にはさむ。
- オリーブオイル、パルメザンチーズ、ハーブソルトをかけ、オーブントースターで5~6分焼き色がつくまで焼く。



可児市 **ハチコ**さん
ポテトには彩りに赤と緑を足して、他にリース型のサラダと、大人だけのわが家では、くどくないローストビーフでクリスマスディナーにします。

ハンガリー風チキン

Time 参考調理時間:約1時間
Kcal 1人あたり:約456kcal

材料(4人分)

- | | | |
|---------------|---|----------------|
| 鶏手羽元…1kg | A | トマト水煮(缶) …200g |
| たまねぎ…2個 | | 牛乳…100cc |
| バター…20g | | 赤ワイン…100cc |
| パプリカパウダー…大さじ1 | | |
| 塩…小さじ1/2 | | |
| 顆粒コンソメ…小さじ1 | | |
| ローリエ…1枚 | | |

作り方

- たまねぎの皮をむき、薄切りにする。
- 厚手の鍋にバターを入れて火にかけ、①を入れ茶色っぽくなるまで炒めたら鍋の隅に寄せ、鶏肉を入れて色がかわるまで炒める。
- A、パプリカパウダー、塩、コンソメ、ローリエを入れて落し蓋をし、弱火で肉がやわらかくなるまで40分程度煮る。

各務原市 **こおぶG**さん
骨からおいしい出汁が出ます。圧力鍋だと時短できますが、水分が多めなら最後に煮詰めるとよいでしょう。



大人のサングリア

Time 参考調理時間:約15分
Kcal 1人あたり:約231kcal

材料(4人分)

- | | |
|--------------|---------|
| 赤ワイン…400cc | オレンジ…1個 |
| はちみつ…大さじ4 | ブドウ…10粒 |
| シナモンスティック…1本 | いちご…5個 |
| りんご…1個 | 強炭酸水…適量 |
| キウイ…1個 | |

作り方

- 果物を食べやすい大きさに切る。
- 赤ワイン、はちみつ、シナモンスティックと①を混ぜ合わせ、冷蔵庫で一晩おく。
- ガラスの容器に②を入れ、冷えた炭酸水をそそぐ(1対1程度の割合)。

アルコールが苦手な方は、赤ワインにはちみつ、シナモンスティックを入れて火にかけ、アルコールを飛ばしてください。

岐阜市 **たんぼぼ丸**さん
各自で取り分けでも、ティーカップやワイングラスに盛り付けても。果物はぶどう、りんごやオレンジ、缶詰でもよいです。アルコール弱めなら炭酸水多めで。



いちごのチーズタルト

Time 参考調理時間:約2時間30分
Kcal 1カットあたり:約281kcal

材料(18cmタルト型)

- | | | |
|-------|---------------|----------|
| タルト生地 | 薄力粉…100g | 砂糖…大さじ2 |
| | 有塩バター…50g | 卵黄…1個 |
| チーズ生地 | クリームチーズ…200g | レモン汁 |
| | 砂糖…30g | …大さじ1 |
| | ヨーグルト(無糖)…60g | 粉ゼラチン…5g |
| | 生クリーム…100ml | いちご…15個 |

作り方

- バター、クリームチーズ、ヨーグルト、生クリームを室温にもどしておく。
- タルト生地**:ボウルにバター、砂糖を入れすりまぜる。卵黄を加えさらに混ぜ合わせる。薄力粉も加え、切るように混ぜ合わせてひとまとめにし、ラップに包んで冷蔵庫で1時間以上ねかせる。
- タルト型に溶かしバター(分量外)をぬり、均一にのばした②をしき、フォークで穴を多めにあけ、冷蔵庫で30分ねかせる。タルトストーン(重石)をしき、180℃のオーブンで10分、ストーンを外してさらに10分焼き、冷ます。
- チーズ生地**:ボウルにクリームチーズ、砂糖を入れ、なめらかになるまで練り混ぜる。さらに無糖ヨーグルト、生クリーム、レモン汁を入れ、なめらかになるまで混ぜ合わせる。
- ④に湯(分量外)で溶いたゼラチンを入れしっかり混ぜ、③のタルト型に入れ冷蔵庫で2時間以上冷やし固める。
- いちごを半分にカットし、上にトッピングする。



八百津町 **キョッペー**さん
いちごのタルトは子どもたちに大人気!