

enjoy wine, enjoy life

TOKYO WINE PARTY

ワイン飲みつつ料理教室 10月メニュー

◆ポルチーニ茸のリゾット

◆白身魚のカルパッチョ

◆イタリア風サラダ

ポルチーニ茸のリゾット


材料 (たっぷり2人分)


- ポルチーニ茸 (乾燥) : 8 g
- ぬるま湯 : 100 cc
- にんにく : 1片 (みじん切り)
- オリーブオイル : 大さじ1
- しめじ : 80 g (みじん切り)
- 玉ねぎ : 1/2個 (みじん切り)
- 白ワイン : 大さじ3
- 米 : 200 cc
- コンソメ : 小さじ2
- 生クリーム : 40 cc
- 粉チーズ : 小さじ2
- 塩・黒こしょう : 適宜

ポルチーニ茸はぬるま湯に漬けておく

作り方

- ① ぬるま湯に漬けていたポルチーニ茸は、軽く水気をしぼり粗みじん切りにする
- ② 漬けていたぬるま湯は捨てず、お水を足して600ccにし、鍋に入れコンソメを加え、温めておく
- ③ 別の鍋に、オリーブオイルとにんにくを入れ香りが出るまで弱火で熱する
- ④ しめじ・玉ねぎを③に加え、透き通ってきたらポルチーニ茸を加える
- ⑤ ④に米を入れ、米が透き通るまで軽く炒める
- ⑥ ⑤の火を一旦止め、白ワインを入れる。再度火をつけ、
- ⑦ アルコール分を飛ばす
- ⑧ ②のスープを200ccほど入れ (米が隠れる程度が目安)、時々混ぜながら中火で加熱する
- ⑨ 水分がなくなってきたらスープを100ccほどずつ、2~3回に分けて加え、アルデンテに仕上げる
- ⑩ ⑦~⑧の合計の加熱時間は15~17分程度、お米に少し芯が残るくらいでOK
- ⑪ 火を止め、生クリーム・塩・黒こしょう・粉チーズを加えて味を調える

 お米は洗わない・吸水しないので、気になるようなら無洗米を使用する

 炊いている間、木べらで混ぜると粘りが出てしまうので、フライパンをゆすりながらにする。

あさりの白ワイン蒸し

材料（2人分）

- あさり：200g
- オリーブオイル：大さじ1
 - にんにく：1片
 - たかのつめ：1本
- 白ワイン：大さじ1
- パセリ（みじん切りまたは乾燥）：少々

作り方

- ①あさは砂抜きしておく
 - ②にんにくはつぶしてから粗いみじん切り、たかのつめは輪切りにする
（種を入れると辛さが増すのでお好みで）
 - ③鍋にオリーブオイルと②を入れ、弱火でじっくり熱する。
 - ④香りが出てきたら、あさりと白ワインを入れ、中火で加熱する
 - ⑤白ワインのアルコールが飛んだらふたをし、あさがすべて開くまで時々鍋をゆすりながら加熱を続ける
 - ⑥盛り付け、パセリをちらしてできあがり
- 👉あさりの砂抜き：3%の食塩水（500ccの水に塩を大さじ1）にあさりを入れ、ホイルをして何箇所かに穴を開け、冷蔵庫に置いておく
- 👉加熱前にぱっくり開いてしまっているあさは死んでいるので使わない

イタリアンサラダ

材料 (2人分)

●サラダ

- グリーンリーフ 4枚程度
 - トマト 1個
 - 玉ねぎ 1/4個
- レッドチェダーチーズ (セミハード) : 適量

●ドレッシング

- 塩 ひとつまみ
- 黒こしょう 少々
- 白ワインビネガー 大さじ1
- エキストラバージンオリーブオイル 大さじ3

作り方

①グリーンリーフは食べやすい大きさにちぎる

トマト、玉ねぎはみじん切り、玉ねぎは水にさらす

チーズは角切りにする

②ボウルに①を入れドレッシングの材料を順番に入れそのつど両手で混ぜてでき

あがり

👉 サラダは両手で和えることで葉に傷が付かず味も良くしみこむ

👉 白ワインビネガーをお酢に代えて作っても美味しい

1グループあたりの分配量

リゾット:レシピの1.5倍量で調理

↓

ポルチーニ茸(乾燥):12g

ぬるま湯:150cc

にんにく:1片(そのまま)

オリーブオイル:大さじ1(そのまま)

しめじ:100g(1グループ1パック)

玉ねぎ:大3個購入するので等分してください

白ワイン:大さじ4

米:300cc

コンソメ:大さじ1

生クリーム:40cc←60ccだととどくと思われるので40ccのまま

粉チーズ:大さじ1

塩・黒こしょう:適宜

あさりの白ワイン蒸し:あさを2倍量で調理

↓

1グループあたり、あさり:400g

オリーブオイル:大さじ1(そのまま)

にんにく:1片(そのまま)

たかのつめ:1本(そのまま)

白ワイン:大さじ2

パセリ(みじん切りまたは乾燥):少々

サラダ:材料をグループ数で分配してください

ドレッシングはレシピ通りの分量でよいと思われます^^