

enjoy wine, enjoy life

TOKYO WINE PARTY

ワイン飲みつつ料理教室（独身ワイン会）

◆ローストポーク バルサミコソース

◆ハッセルバックポテト

◆スタッフドバゲット

ローストポーク

材料 (2人分)

豚肩ロース肉 (ブロック) 300~400g程度

塩・黒こしょう

▲オリーブオイル① 大さじ1

▲タイム① 小さじ1/2

☆タイム② 小さじ1/2

☆にんにく (すりおろし) 小さじ1/2

☆白ワイン 大さじ1

☆砂糖 小さじ1

☆オリーブオイル② 大さじ1

↑このマリネ液の量でお肉600gくらいまでは

下味がつけられます

【ソース材料】

バルサミコ酢 大さじ2

醤油 小さじ2

砂糖 小さじ1

作り方

1. 豚肩ロース肉は室温に30分以上出しておき、塩小さじと黒1/2と黒こしょう少々をすりこんでおく
2. ☆の材料をボウルに入れ合わせ混ぜ、①を入れ5分ほど漬ける
3. フライパンに▲オリーブオイルと▲タイムを入れ弱火で熱して香りを出す
4. ②の豚肉の各面を焼き色がつくまで焼く (広い面は2分、狭い面は1分を目安に)
※油ハネ注意 焼き色しっかりついてOK
5. ④をホイルに乗せて包み、220°Cに熱したオーブンで40焼く
6. 焼けたら10分ほど保温しておく
竹串を刺して透明な肉汁が出ればOK!
7. ④の肉汁が残るフライパンにソース材料を入れ強火で熱し沸騰したら火を止めてソース完成。

👉 フライパンで焼き色をつけ、オーブンで肉の中に火を通すイメージです

👉 タイムのほかに、オレガノやローズマリーを使っても◎

ハッセルバックポテト

材料（2人分）

- ジャがいも（メークイン） 1個
- スライスチーズ（溶けるタイプ） 1枚
 - パセリ（乾燥） 少々
- ★オリーブオイル 大さじ1
- ★マジックソルト 小さじ1/2
- ★黒こしょう 少々
- ★粉チーズ 小さじ2

作り方

1. ジャがいもは皮付きのままよく洗い、あれば芽を取り除いて縦半分に切り、その切り口を下にして3~5mm間隔でジャがいもの高さ2/3くらいまで切り込みを入れ、ぬらしたペーパー+ラップで包み、電子レンジ500wで5分加熱する
2. スライスチーズは半分に切る
3. ★の材料をボウルに混ぜ、①にかけ、スライスチーズを乗せて、オリーブオイル小さじ1を熱したフライパンでチーズが溶けるまでふたをして焼く（弱めの中火で）
4. 仕上げにパセリをふりかけて完成

スタッフバゲット

材料 (2人分)

アボカド 1/2個

トマト 1個 (またはミニトマト5-6個)

塩・こしょう

クリームチーズ

ジャガイモ 2個

★レモン汁 小さじ1/4

★オリーブオイル

★塩・黒こしょう 各少々

★ウスターソース 小さじ1

★粒マスタード 小さじ1

バゲット1/2本

作り方

1. アボカドは皮をむき、角切りにしたらボウルにいれ、さらにフォークで粗くつぶしレモン汁をかけておく
トマト・クリームチーズを角切りにして加え、★の調味料を混ぜる
2. ジャガイモを水からゆで竹串が通るまでやわらかくする。熱いうちに潰し①に混ぜる。
3. バゲットの中をくり抜き、②をぎゅっと詰める
4. 食べやすい厚さにカットする (ナイフを大きく動かすときれいに切れる)
👉バゲットとバタールの違い：長さ (バゲット：長、バタール：短)
バゲットはカリッと、バタールはもちっとやわらかい