



世界の料理教室

～フィリピンの家庭料理～

〈本日のメニュー〉

- ・ 鶏肉とパイナップルの煮込み
- ・ きのこのスープ
- ・ バナナクリーミーパイ



講師：大山イメルダさん
日時：2020年11月12日
会場：アミュゼ柏

講師のプロフィール

フィリピン・ケソン県出身。KIRAKICのメンバー。

日本人と結婚して、30年前に来日しました。

家族は、夫、息子、娘。料理が好きで、お菓子、おつまみもよく作ります。日本料理も大好きで、正月の伊達巻は、KIRAのニューイヤーズパーティーでリクエストされるほどです。裁縫や手芸、ガーデニングも大好きです。

◎ 鶏肉とパイナップルの煮込み

〈材料〉(5人分)

とりもも肉 2枚、パイナップル缶詰 1/3、じゃがいも 中3こ
にんじん 小1本、玉ねぎ 大1こ、ニンニク 2かけ
サラダ油、サニーレタス、パプリカ (赤、黄 1こずつ)
赤いウィンナーソーセージ 1/3袋、
ナンプラー、エバミルク、チキンブイヨン

〈作り方〉

- ① とり肉を一口大に切って、パイナップル缶詰の汁につけておく。
- ② パプリカは乱切りにし、じゃがいも、にんじんは、乱切りしてから面取りしておく。
- ③ なべに油を熱し、ニンニク(みじん切り)をいため、玉ねぎ(みじん切り)をいためる。①のとり肉をくわえて、ナンプラー(大さじ2)、しょうゆ(大さじ1)、コショウで味付けしながら、両面に焼き色をつける。
- ④ ウィンナーを半分に切り、ななめぎりして、くわえる。
- ⑤ 300ccの水にチキンブイヨン2こを入れてとかし、じゃがいも、にんじんをくわえ煮込んでから、パイナップル(さいのめ切り)、パプリカ(乱切り)を加える。
- ⑥ 最後に弱火にして、エバミルク半量を入れ、様子を見ながらとろみがでたら出来上がり。

◎きのこスープ(大山家のオリジナルです)

〈材料〉(5人分)

A とりもも肉 1枚(一口大に切る)、ネギ(白い部分) 1/2本
しょうが 1かけ、にんじん 小1/2
干しシイタケ 2枚(水でもどして、あらみじん切り)
たまご 1こ、酒 大1、しょうゆ 小1、片栗粉 大1

しめじ、まいたけ 各1パック、エリンギ(おこのみで)
水 500cc、ナンプラー

<作り方>

- ①A をフードプロセッサーにかけて、ミートボールを作る。
- ②なべに、油を熱し、しょうがのみじん切りをいため、ほぐしたきのこをいためて水をいれ、ナンプラーで味付けする。
- ③ふっとうしたら、ミートボールを入れて煮込む。
- ④このみでネギのあおいところをちらす。

◎バナナクリーミーパイ

<材料> (5人分)

A パイ生地 (薄力粉 150g、たまごの黄身 1こぶん、
バター 70g、さとう 60g)

B カスタードクリーム (たまごの黄身 3こぶん、さとう 50g、
バター 10g、薄力粉 大さじ1、牛乳 200cc)

バナナ 2本、レモン 1こ、生クリーム 200cc
さとう 50g スライスアーモンド

<作り方>

- ①A の材料 (薄力粉、さとう、たまごの黄身、バター) を、フードプロセッサーでまぜてパイ生地を作る。
- ②①の生地を、パイ型にしいて、フォークであなをあける。
- ③180℃に予熱したオーブンに②をいれ、170℃で20~30分ようすを見ながらやく。やけたら、さましておく。
- ④バナナは0, 5cmの厚さにスライスして、レモン汁をかけておく。
- ⑤B の材料 (たまごの黄身、さとう、バター、薄力粉) を、フードプロセッサーでまぜる。
- ⑥⑤を小さいなべに移し、牛乳をすこしずつ入れながら弱火にかけ、とろみがついたらさましておく。
- ⑦生クリーム200cc、さとう50gを、かたくあわだてる。
- ⑧③のパイシートに、バナナをならべ、さましたカスタードクリームをかけ、ホイップクリームをかざる。
- ⑨スライスアーモンドをトッピングして、冷蔵庫に冷やしておく。

