

令和2年度 群馬県牛乳料理コンクール最優秀作品

<p>作品名</p>	<p>具沢山クリーミー春巻き</p>																																																																																											
																																																																																												
<p>ポイント</p>	<p>・沼田市の特産品である“枝豆”を使い、その他の食材の食感も味わえるよう工夫しました。 ・ホワイトソースの優しい味と、パリッとした春巻きの食感がマッチしていて、食欲をそそる一品に仕上げました。</p>																																																																																											
<p>材料 4人分</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td colspan="6" style="text-align: center;">牛乳 300ml</td> </tr> <tr> <td>・バター</td> <td>30g</td> <td>・バター</td> <td>20g</td> <td colspan="2" style="text-align: center;">〈ピクルス〉</td> </tr> <tr> <td>・小麦粉</td> <td>大さじ4</td> <td>・サラダ油</td> <td>大さじ1</td> <td>・赤パプリカ</td> <td>1/2個</td> </tr> <tr> <td>・牛乳</td> <td>300ml</td> <td></td> <td></td> <td>・黄パプリカ</td> <td>1/2個</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>・春巻きの皮</td> <td>10枚</td> <td>・きゅうり</td> <td>1本</td> </tr> <tr> <td>・枝豆</td> <td>40g</td> <td>A</td> <td>・小麦粉</td> <td>適量</td> <td>・酢</td> <td>200ml</td> </tr> <tr> <td>・しいたけ</td> <td>150g</td> <td></td> <td>・水</td> <td>適量</td> <td>・水</td> <td>180ml</td> </tr> <tr> <td>・しめじ</td> <td>150g</td> <td>・揚げ油</td> <td>適量</td> <td>B</td> <td>・砂糖</td> <td>大さじ4</td> </tr> <tr> <td>・ベーコン</td> <td>72g</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>・塩</td> <td>小さじ2</td> </tr> <tr> <td>・塩</td> <td>小さじ1/2</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>・赤唐辛子</td> <td>1本</td> </tr> <tr> <td>・胡椒</td> <td>少々</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>・ローリエ</td> <td>1枚</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						牛乳 300ml						・バター	30g	・バター	20g	〈ピクルス〉		・小麦粉	大さじ4	・サラダ油	大さじ1	・赤パプリカ	1/2個	・牛乳	300ml			・黄パプリカ	1/2個			・春巻きの皮	10枚	・きゅうり	1本	・枝豆	40g	A	・小麦粉	適量	・酢	200ml	・しいたけ	150g		・水	適量	・水	180ml	・しめじ	150g	・揚げ油	適量	B	・砂糖	大さじ4	・ベーコン	72g				・塩	小さじ2	・塩	小さじ1/2				・赤唐辛子	1本	・胡椒	少々				・ローリエ	1枚														
牛乳 300ml																																																																																												
・バター	30g	・バター	20g	〈ピクルス〉																																																																																								
・小麦粉	大さじ4	・サラダ油	大さじ1	・赤パプリカ	1/2個																																																																																							
・牛乳	300ml			・黄パプリカ	1/2個																																																																																							
		・春巻きの皮	10枚	・きゅうり	1本																																																																																							
・枝豆	40g	A	・小麦粉	適量	・酢	200ml																																																																																						
・しいたけ	150g		・水	適量	・水	180ml																																																																																						
・しめじ	150g	・揚げ油	適量	B	・砂糖	大さじ4																																																																																						
・ベーコン	72g				・塩	小さじ2																																																																																						
・塩	小さじ1/2				・赤唐辛子	1本																																																																																						
・胡椒	少々				・ローリエ	1枚																																																																																						
<p>作り方</p>	<ol style="list-style-type: none"> ① ピクルスを作っておく。 (Bを煮立たせたピクルス液に、スティック状に切った野菜を入れ、冷やしておく。) ② 鍋にバターを入れ溶かし、振るった小麦粉を入れ、しっかりと混ぜたら牛乳を入れ、ホワイトソースを作る。 ③ 熱したフライパンにサラダ油、バターを入れ、細かく切ったベーコン、しいたけ、しめじ、枝豆を炒め、塩、胡椒で調味する。 ④ ②のホワイトソースに③を入れて塩、胡椒で調味する。 ⑤ ④を春巻きの皮で包み、油で揚げる。(Aを混ぜ、春巻きの皮を閉じる際に糊として使う。) ⑥ 盛り付ける。①のピクルスと⑤の春巻きをバランスよく盛り付ける。 																																																																																											