



第3回じのもん野菜料理コンテスト

「アイデア料理レシピ部門」

準 グランプリ・レシピ



『Tateyama風キッシュ』



じのもん

材 料



【4個分】

春巻きの皮 (適量)
 バター (適量)
 サンドイッチ用食パン (適量)
 【詰め物】
 菜の花 (60g)
 ベーコン (20g)
 とろけるチーズ (20g)
 【アパレイユ】
 卵 (1個)
 生クリーム (50ml)
 牛乳 (50ml)
 塩・こしょう(適量)

【付け合せ】
 菜の花 (15g)
 季節の野菜 (適量)
 ペビーリーフ (適量)
 レタス (適量)
 【イチゴドレッシング】
 イチゴ (40g)
 レモン汁 (10ml)
 オリーブオイル (40ml)
 塩・こしょう (適量)

【菜の花ペースト】
 菜の花の葉 (30g)
 にんにく (1片)
 ピーナッツ (20g)
 粉チーズ (20g)
 オリーブオイル (80ml)

作り方



- ①型に溶かしバターを塗って、春巻きの皮を重ねて敷く。食パンは麺棒で伸ばして敷く。
- ②菜の花をさっと茹で、適当な大きさに切る。ベーコンを細切りにしてフライパンで炒めておく。
- ③卵、生クリーム、牛乳を混ぜ、塩こしょうする。
- ④①に②とチーズを入れて③を注ぐ。
- ⑤180℃オーブンで15～20分焼く。
- ⑥型から出し、器に盛る。周りに季節の野菜や菜の花、レタス等を置く。
- ⑦イチゴドレッシング⇒イチゴは細かく刻んでつぶし、レモン汁、オリーブオイル、塩こしょうする。
- ⑧菜の花ペースト⇒菜の花をさっと茹でる。フードプロセッサーにオリーブオイル以外の材料をすべて入れてフードプロセッサーをかける。オリーブオイルを少しずつ加えてよく混ぜる。
- ⑨お好みで、イチゴドレッシング、菜の花ペーストをかけて食べる。



房総の春野菜の菜の花をたくさん取り入れるようにしました。特に、菜の花ペーストがオススメです。

考案者

安房拓心高校

2年調理系列さん

