

## 海の幸と豆類のサラダ

### <材料>

ウニ 1/2 パック

ホタルイカ 12 匹

サヨリ 2 匹

帆立貝 4 個

エンドウ豆

絹さや

空豆

サヤインゲン

アーモンドスライス

クルミ

フレンチドレッシング

### <下処理>

さより・・・三枚に下ろし、塩を軽く振って少しおき、冷水ですっきり洗い、ドレッシングに浸ける。

帆立貝・・・さっぱりと湯通しし、氷水をくぐらせ、水分をふき取り、三枚に切る。

野菜はゆがいておく。

えんどう豆の一部を裏ごしし、生クリームでのばし、塩、コショウしておく。

### <仕上げ>

お皿の中央にえんどう豆のピューレーを置き、海の幸を並べ、その上にドレッシングで和えた豆類を全体におおいかぶせ、アーモンドスライス、クルミを散らします。

## イチゴのフレジエ

<材料> アーモンド風味のビスキュイ		(クリーム)	
A	卵黄 113g	マスカルポーネ	125g
	卵白 30g	パティシエール	125g
	アーモンドパウダー		
	(ふるっておく) 83g	生クリーム	125g
	粉糖 83g	イチゴ	1 ~ 2 パック
B	卵白 160g		
	グラニュー糖 95g		
C	薄力粉 72g		
	硫酸紙 1枚		

### <下準備> (ビスキュイを焼く)

ボールに A を入れて湯せんで少し温め、白っぽくなるまで泡立てる。

B はよく立てて、メレンゲを作っておきます。C は一度ふるっておきます。

に のメレンゲを少し加え、混ぜた所に C の粉を少しずつ加え、更に残りのメレンゲを入れていき、生地を作ります。

鉄板に硫酸紙を敷き、1センチくらいの厚さに生地を流し、180 のオーブンで焼きます。

30分位で焼きあがります。

### (クリームを作る)

パティシエールを作り、熱い間に戻したゼラチンを加えてよく混ぜ、あら熱を取り、

マスカルポーネと8分立ての生クリームをあわせてクリームを作っておく。

### (作り方)

セルクルにビスキュイを敷き、半分に切ったイチゴを並べ、後はそのままイチゴを詰めクリームを流し、上からもう一枚ビスキュイをかぶせ、少し残しておいたクリームをナッペし、一度冷蔵庫で冷やし、仕上げに透明なナッパージュを塗ります。



## 目板がれいのポワレ ホワイトアスパラ添え

### ライム風味のバターフォンデュ

#### <材料>

目板がれい	4匹	(ソース)	
塩、コショウ	少々	ライム	1個
粉	適量	バター	150g
サラダ油	適量	水	30cc
バター	適量		

#### <下準備>

目板がれい・・・包丁でぬめりを取り、頭とワタを除き、水洗いし、三枚に下ろします。  
 ライム・・・皮をむき、白い部分を包丁で削り、千切りにし、さっと湯通しし、冷水に取り、よく水気を切っておく。果肉とジュースを絞っておく。

ホワイトアスパラ・・・皮むき器で丁寧に皮をむき、ゆがいておく。

#### <作り方>

目板がれいは塩、コショウし、粉をまぶし、サラダ油とバターでソテーします。

アスパラは、鍋に少量の水とバターを沸かし、その中で温めておきます。

小鍋に、水とライムジュース、塩、コショウし、沸騰させ、

バターをピーターで少しずつ溶かし込み、乳化させ、ソースを仕上げます。

皿に、 と を盛り、ソースをかけ、ライムの皮を飾ります。