



ハロウィンパーティ！新米でイタリアン！レシピ



カレー ミートボール添え



材料 6人分	チキンブイヨン・・・250cc (コンソメ個)
トマト・・・中5個	バター・・・35g
玉ねぎ・・・1/4個	塩・・・10g
にんじん・・・1/4本	<ミートボール>
にんにく・・・1片	合挽き肉・・・300g
しょうが・・・10g	玉ねぎ・・・1/4個
ロリエ・・・1枚	パン粉・・・大さじ3
タイム・・・1本	牛乳・・・大さじ2
カレー粉・・・15g	粉末スープの素・・・大さじ1
小麦粉・・・10g	塩・こしょう・・・少々
ドミグラス缶・・・125cc	バター・・・40g

- 作り方**
1. 玉ねぎ、にんじん、にんにく、しょうがをみじん切りにする。トマトは粗みじんに切る。カレー粉と小麦粉は混ぜておく。お湯を沸かしてチキンブイオンを溶かしておく。
 2. 鍋にバターを入れて弱火から中火で熱し、にんにくとしょうがを香りが出るまで焦がさないように炒める。炒まったら玉ねぎとにんじんを加え、更に10分ほど炒める。ロリエとタイムも加える。
 3. カレー粉と小麦粉を混ぜたものを2に加え、粉気がなくなるように炒め、チキンブイオンを加えて混ぜ、更にドミグラス、トマトを加え強火で混ぜながら煮て、沸騰したら弱火にして約20分～30分煮込む。
 4. この間にミートボールを作る。
材料を全部混ぜて(玉ねぎはみじん切りにする)ハンバーグの種を作り、2センチ弱の大きさ(1人3個ずつ)に丸め、バターを溶かしたフライパンで焼く。焼いたミートボールとその焼き汁を、煮込んでいる3のカレー鍋に加えて一緒に煮込む。
 5. 皿にご飯と、ミートボールのトマトカレーを盛り付けて、イタリアンパセリを添えて出来上がり。

きのこ入り イタリア風サラダ



材料 6人分
葉物野菜(レタス、サラダ菜、ルッコラなど)・・・適宜
トマト・・・1個
赤または黄色ピーマン・・・1個
季節のきのこ(しめじ、舞茸、エリンギなど)・・・適宜
ヴァージン・オリーブオイル・・・大さじ1(炒め用)・大さじ3(ドレッシング用)
レモン・・・1/2個
塩・・・少々



- 作り方**
1. 葉物野菜、トマト、ピーマンは洗って食べやすい大きさに切る。野菜の水気を切る。
 2. きんこは洗って、適当な大きさに手で割く。フライパンにオリーブオイル入れて熱し、きのこをさっと炒める。
 3. 切った野菜と炒めたきのこを和え、オリーブオイルをまわしかけ、レモン、塩を振って、出来上がり。

プキンクリームケーキ



材料 6人分	かぼちゃ・・・1/4個(中身約200g)
ホットケーキの素・・・200g	バター・・・10g
牛乳・・・100cc	生クリーム・・・10cc
卵・・・1個	砂糖・・・50g
シロップ	