

# 季節の日本料理講習会 献立

主催

日本料理研究会横浜支部

日本料理研究会厚木支部

日本料理研究会横浜鈴庵支部

後援

(公社)日本料理研究会

協賛

味の素株式会社



# 冬枯の頃の以前菜・焼物・煮物各数種

中山 達也

（日料研師範）

## 温肴

蛤潮汁呑み卵  
忍び生姜  
三葉  
花卉百合根

## ▽温肴

●蛤潮汁呑み卵は、蛤を叩いて音を確かめ、立塩に浸けて砂を吐かせ、たわしで洗って鍋に入れ、酒、水、味の素「ほんだし」「こんぶだし」を入れ、火にかけて開いた順に取り上げる。潮汁を綿漉しし、玉子と合わせて漉し、小吸物（細長い小茶碗）の器に、先の身と微塵三葉を入れ、玉子液に絞り生姜を入れ、張って蒸す。花卉百合根を天盛りし、お客様には、箸をひと回しして飲むように召し上がっていただく。

## 酒肴三種盛

鮭 燻製  
胡瓜ビール漬  
蕪求肥昆布  
博多押し  
ケツパー黄身酢  
胡桃・銀杏  
醍醐和え  
枸杞の実  
鯛塩辛長芋素麺  
せん柚子

## ▽酒肴三種盛

●鮭燻製は、スライスにする。  
●胡瓜ビール漬は、胡瓜を塩漬けし、程よく塩抜きしてビール漬にし、笹打ちする。  
●蕪求肥昆布博多押しは、玉酢で拭いて押し枠に押し、重石をして一晚締める。レモン汁にて黄身酢を作って布漉しし、ケツパー微塵、塩、胡椒で味を調える。  
●胡桃・銀杏醍醐和えは、胡桃を香ばしく煎り、銀杏を茹でて薄い塩あたりの重湯で、もっちりもどす。胡桃ペースト入りの白和え衣にクリームチーズを入れ、先の具を和え、ワインでもどした枸杞の実を天にする。  
●鯛塩辛長芋素麺は、長芋をスライサーで麺状にし、明礬塩水に入れてヌルを取り、程よく塩分を抜き、水分を抜いたら鯛塩辛と絡ませる。

## 焼物肉二種

雉子胸肉

赤茄子味噌漬

吟醸香

真菰筍竹炭塩焼

和風ロースト

ビールフ

焼蓮根

野菜ソース

## 煮物二種

蕎麦饅頭

海老蓮根

芽葱、餡

えいひれ甘煮

蕪スープ煮

共葉菊花餡

## ▽焼物肉二種

●雉子胸肉赤茄子味噌漬吟醸香は、雉子に薄塩をあて、吟醸酒洗いする。西京味噌、かまど味噌、トマトピューレ、吟醸酒粕、煮切り酒を搗り鉢でよく搗り合わせ、ガーゼを使って三昼夜漬け、弱火にて焼き上げ、雉子スープの煮詰めた液を塗って仕上げる。

真菰筍は、オリブオイルを塗り、竹炭塩を振り、焼き上げ、卸し生姜を添える。

●和風ローストビールフは、フィレ肉の筋を掃除して針打ちし、塩、胡椒して周り一面をフライパンで焼き、凧糸で巻き締め、野菜を、赤ワイン、白ワイン、味噌、醤油、砂糖に漬けた状態でビール袋に入れ、七〇℃の湯煎にて三五分蒸し煮とする。冷めたら、その野菜をミキサーにかけ、蒸し汁に合わせ、コーンスターチにてかるとろみをつけ、洋山葵を加える。

焼蓮根は、オリブオイル塩を一刷毛塗って焼き上げる。

## ▽煮物二種

●蕎麦饅頭は、蕎麦粉を水で練り上げる。海老粗微塵を酒、塩で煎り、蓮根は半分卸し、半分微塵にして合わせ、薄く塩味をつけて丸め、練った蕎麦で包み、蕎麦粉を絡ませて揚げ、「味の素はんだし」使用の濃口蕎麦露餡をたっぷりかけ芽葱を天盛りとする。

●えいひれ甘煮は、蕪を庖丁し、米研ぎ汁に茹で、味の素「コクのチカラ」鶏のコクを使ったスープにて塩味をつけ、隠し味に味醂を入れて煮る。生えいひれをよく塩もみし、しっかり水洗いをして切りつけ、生姜、味の素「コクのチカラ」干貝柱のコク、多めの酒で煮立たせて砂糖を切り、自然に冷まして、甘煮に仕上げる。銀餡を作り、茹で黄菊と色よく茹でた蕪葉の小口切りを合わせ、周りから張る。えいひれに針生姜を添える。

いずれも材料 6 人分

温 肴

蛤潮汁呑み卵

- 蛤 (55g) .....12 個
- 酒 .....1 合半
- 美味しい水 .....1 合半
- 味の素昆布出汁 .....小さじ 1/2 杯
- 玉子 .....1 個
- 生姜、三つ葉各少々
- 百合根 .....6 弁

※玉子 1 個に潮汁 2 合を合わせて漉す。

酒肴三種盛り

- 鮭燻製 (60g) .....6 枚
- 胡瓜ビール漬 .....1 本
- 千枚漬 .....3 枚

ケッパー黄身酢

- 卵黄 .....1 個
- 檸檬汁 .....大さじ 1 杯
- ケッパー .....大さじ 2 杯

胡桃・銀杏醍醐和え

- 絞り豆腐 .....80g
- 胡桃ペースト .....35g
- クリームチーズ .....25g
- 砂糖、煮切り味醂、塩、薄口醤油、煮酒
- 煎り胡桃 .....40g
- 銀杏 .....12 個
- 枸杞の実 .....18 個

鯛塩辛長芋素麺

- 長芋 .....360g
- 鯛塩辛 .....60g

焼物肉二種

- 雉子胸肉 .....3 枚
- 赤茄子味噌漬吟醸香
- 西京味噌 .....800g
- かまど味噌 .....300g
- トマトピューレ .....300g
- 吟醸酒粕 .....300g
- 煮切酒 .....300cc

真菰筍竹炭塩焼

- 真菰筍 .....3 本
- 竹炭塩少々

和風ローストビーフ

- 牛フィレ肉 (掃除済み) .....540g
- ローストビーフ用野菜
- 人参 .....1 本
- 玉葱 .....2 個
- 大蒜 .....2 かけ
- セロリ .....2 本
- パセリ .....3 本
- 粒黒胡椒 .....大さじ 3 杯
- 葱 (青いところ) .....1 本分
- 生姜少々
- レホール

野菜漬地

- 赤ワイン .....3 合
- 白ワイン .....1 合 2 勺
- 味醂 .....1 合
- 醤油 .....1 合
- 砂糖少々

煮物二種

- 蕎麦饅頭
- 饅頭生地
- 蕎麦粉 .....1 合
- 水 .....2 合半
- 蓮根 .....50g
- 海老 .....70g
- 芽葱少々
- 練り蕎麦 .....35g
- 中身餡 .....30g

えいひれ甘煮

- えいひれ (生) .....450g
- 蕪 .....6 個
- 黄菊少々