

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
 後援 日本料理研究会厚木支部
 協賛 日本料理研究会横浜支部
 公益社団法人日本料理研究会
 味の素株式会社

詳細は、先生より説明があります。

先 附
 尾羽毛秋色寄せ
 辛子酢味噌
 玉味噌……………8
 田舎味噌……………2
 砂糖、辛子各適量

先 附
 河豚・冬野菜酢浸し
 酢浸し地
 昆布出汁……………10
 林檎酢……………2
 合わせポン酢…2
 林檎ジュース…2

焼 物
 海老・白子醍醐焼
 クリームチーズ酒粕漬
 酒粕漬床
 白味噌……………1
 酒粕……………1
 塩麴……………1
 砂糖、味醂各適量

焼 物
 燕・鮑ステーキ
 鮑共だれ
 鮑肝……………100g
 日本酒……………100 cc
 昆布出汁……………100 cc
 白味噌、濃口醤油、玉葱揃り卸し、生姜、大蒜、バターいずれも適量

蒸し物
 地鶏つくね黄身白玉羹蒸し
 黄身白玉
 白玉粉……………100g
 昆布出汁……………100 cc
 茹で玉子黄身…2 個分

煮 物
 豚軟骨黒糖煮
 黒糖煮地
 水……………1800 cc
 焼酎……………360 cc
 たまり醤油……………100 cc
 黒糖……………60g
 紹興酒適量

煮 物
 揚蕎麦がき・豚吉野煮
 蕎麦がき
 蕎麦粉……………100g
 丸鶏使用ガラスープを加えた昆布出汁
 (昆布出汁 280 cc、丸鶏使用ガラスープ 5g)

食 事
 河豚御飯
 米……………5 合
 出汁……………5.5 合
 (河豚出汁 15、薄口醤油 1、味醂 0.2)

食 事
 河豚御飯
 温玉、浅葱
 海苔

▽食 事
 ●河豚御飯は、河豚の中骨で出汁を取り、頭、カマの部分焼き、揚げる。河豚身は、細切りし、温玉の黄身に醤油を加え、味を調える。御飯は、河豚出汁、薄口醤油、味醂で味を取り、昆布を差して炊く。炊き上がりに、焼いて揚げた骨からさばいた身を加える。仕上げに、河豚身、浅葱、油通し海苔を盛る。

冬の味覚の一品料理

大河原 実夫

（日本料理研究会師範／上野・水月ホテル外荘 総料理長）

先附

- 尾羽毛秋色寄せ
- 食用菊
- 高苜蓿
- 鯨ベーコン
- パプリカ
- 長葱
- 辛子酢味噌
- 塩胡麻油

▽先附

●尾羽毛秋色寄せは、尾羽毛（さらし鯨）を七〇℃の「味の素 丸鶏使用がらスープ」を加えた昆布出汁にくぐらせる。

辛子酢味噌は、玉味噌八、田舎味噌二を合わせ、砂糖、辛子にて味を調える。

酢茹でした黄菊、もって菊を合わせて流し缶に決め、かるく押し、冷やし固める。

鯨ベーコン、高苜蓿、パプリカ、長葱は、千六本に庖丁し、塩胡麻油をからめる。

寄せた尾羽毛を適宜の大きさに庖丁し、鯨ベーコン、野菜、辛子酢味噌を盛る。

先附

- 河豚・冬野菜酢浸し
- 河豚皮
- 遠江
- 鮫鱈肝
- 長芋、ビーツ
- 芹菜、焼林檎
- 浅葱

●河豚・冬野菜酢浸しは、上身の河豚にかかる塩をあて、焼霜する。

鮫鱈肝は、血抜きして水洗いした後、牛乳に浸け、水洗いして塩を振り、味塩地をくぐらせて適宜の大きさに庖丁し、さらし等で巻き留め、生姜、葱などを加えた旨出汁にて煮る。

長芋は、薄めの拍子木に庖丁し、味塩地に浸ける。

河豚、野菜を和えて混ぜ、林檎酢にポン酢を差し、酢浸しとする。

焼物

- 海老・白子醍醐焼
- クリームチーズ
- 酒粕漬
- 車海老、白子
- アボカド、蓮根

▽焼物

●海老・白子醍醐焼は、クリームチーズを白味噌、酒粕、塩麴を合わせた床に漬け込み、床上げて焼く。

車海老は、串を打って塩焼とし、上りにチーズ粕漬を塗り、焼き上げる。

白子は、酒塩で洗って塩焼とし、上りにチーズ粕漬を塗り、焼き上げる。

アボカドは、皮を剥いて火を通し、床に浸けて炙る。

焼物

- 蕪・鮎ステーキ
- 椎茸、京人參
- 鮎共だれ

●蕪・鮎ステーキは、蕪を半分切り、五mm目安の厚さに切る。鮎は、磨いた後、殻付きのまま表裏を焼く。蕪は、フライパンで焼き、上りに鮎を加える。

蒸し物

- 地鶏つくね黄身
- 白玉羹蒸し
- 大黒占地
- 百合根、銀杏
- 大根卸し
- カリフラワー
- 生姜

▽蒸し物

●地鶏つくね黄身白玉羹蒸しは、鶏挽肉を半量、吸地加減で火入れし、生の半量と合わせ、玉子、空蒸し、絞り豆腐、大和芋を加えて混ぜ合わせ、昆布出汁に溶いた「味の素 丸鶏使用がらスープ」で味を調え、丸に取る。

黄身白玉は、白玉粉、茹で玉子の黄身、「味の素 丸鶏使用がらスープ」で練る。後、先のつくねを黄身白玉で包み、蒸す。

大根卸しに、カリフラワーの裏漉しを半々で混ぜ、卵白でつなぎ、つくねに大黒占地、百合根、銀杏を共に盛って蒸し上げ、美味餡を張る。

美味餡は、薄口醤油、味醂に「味の素 丸鶏使用がらスープ」を加え、味を調える。

煮物

- 豚軟骨黒糖煮
- 蒟蒻、竹輪麩
- 大和芋、九条葱

▽煮物

●豚軟骨黒糖煮は、豚軟骨を適宜の大きさに庖丁し、フライパンで転がし、水に落とし、水、焼酎に玉葱、人參、生姜、少量の大蒜を加え、アクをすくいながら好みの柔らかさまで煮る。

蒟蒻を加え、黒糖、たまり醤油で味を調え、竹輪麩を加え、煮含める。

豚軟骨を盛り、熱々の上に叩き大和芋、九条葱を盛る。

煮物

- 揚蕎麦がき・豚
- 吉野煮
- 海老芋
- 汲み上げ湯葉
- 蕎麦の芽
- 薄鼈甲羹餡
- 山葵

●揚蕎麦がき・豚吉野煮は、海老芋を米研ぎ汁で火を通し、湯を通して昆布を敷き、「味の素 丸鶏使用がらスープ」を差し、砂糖、塩で味を調え、含ませる。

豚肉は、しゃぶ用に薄く切り、酒、醤油をくぐらせて蕎麦粉を付け、盛り付け間際に蕎麦つゆで火を通す。

蕎麦粉、「味の素 丸鶏使用がらスープ」を溶き混ぜ、練りながら火を通し、出来上がる間際に含ませた海老芋を小角に切って加えて練り上げ、適宜の大きさに取り、蕎麦粉を付けて揚げる。

揚げた蕎麦がき、汲み上げ湯葉、豚肉、蕎麦の芽、山葵を盛り付け、薄鼈甲羹餡を張る。