



おせち手作りに挑戦 アンコール！華やかおせち

監修：料理研究家 白居芳美 先生



伊達巻

■材料「13×18cmの角型卵焼き器」

または「直径28cmのフライパン」を使用した場合

卵……………4個	醤油……………小さじ1/2
はんぺん…100g	塩……………少々
砂糖……………大さじ4	
だし……………大さじ3	サラダ油…少々
みりん……………大さじ1	

★オーブンで焼く場合、
200度で20～25分

■作り方

1. はんぺんは小さくちぎって調味料と一緒にミキサー(フードプロセッサー)に入れ、軽く攪拌する。
2. 1に卵も加え、再び攪拌する。
3. 卵焼き器にサラダ油少々をひいて熱し、よくなじませる。2を流し入れて弱火にする。ふたをして、底面がきつね色になり表面が乾いてくるまで20～30分間焼く。(途中で裏面の焦げ具合を見て火力を調節する)
4. フライ返しを差し入れて裏返して中火で2～3分焼く。
5. 巻きすの上にとり、手前に1～2cm 幅に3～4本、浅い切り目を入れる。まきすごと軽く巻き、両端を輪ゴムでとめて、10分間おく。(仮巻き)
6. 5をいったんほどき、まきすを使って、今度は卵焼きだけを渦巻き状にしっかりと巻き込む。両端を輪ゴムでとめ、巻き終わりを下にして、冷めるまでおく。



ごぼうの牛肉巻き(八幡巻)

■材料(4人分)

ごぼう……………12cm×8本分
牛薄切り肉…10～12枚(約200g)
※しゃぶしゃぶ用

〔だし…1カップ
醤油…大さじ3
A 砂糖…大さじ3
みりん…大さじ1
酒……………大さじ1〕

■作り方

1. ごぼうはピーラーで皮をむき、12cm長さに切る。水にさらしてアクを抜き、水けをきる。熱湯で約10分間ゆで、ざるに上げて水けをきる。
2. ごぼうの粗熱を取り、牛薄切り肉を巻く。巻き始めと巻き終わりは肉に1cmほど余裕をもたせ、隙間がないように少し重ねながら巻く。(加熱すると牛肉が縮むので、両端に肉の余裕を持たせる)
3. 鍋にAを合わせて火にかけ、煮立ったら2を入れて弱めの中火で煮る。
4. 途中で一度上下を返し、煮汁にとろみがつくまで15～20分間煮て火を止める。煮汁が少なくなり、牛肉に照りが出てきたら完成。