

A collage of Japanese dishes including ramen, gyoza, and tempura. The central focus is a white oval plate with four golden-brown gyoza (dumplings) arranged in a row on a bed of green shiso leaves. To the left is a white bowl of ramen with a light-colored broth, thin noodles, a green scallion, and a brown meat topping. To the right is another bowl of ramen with a similar broth and toppings. Below the gyoza is a dark blue oval plate with tempura, including a slice of lemon and a garnish of red shiso. A small white pitcher of dark sauce is also visible.

2019 August Menu

Yoko Furukawa Resipões



豆乳ごまだれうどん

豆乳ごまだれうどん (中華めん・そうめんも)

材 料	作 り 方
<p>(2人分)</p> <p>細めのうどん 70g~80g (乾麺) (1人分)</p> <p>チンゲン菜 1株 塩・ごま油</p> <p><たれ></p> <p>A { 豆乳 200ml~ めんつゆ 6T (ストリート) 味噌 1/2T 白練りごま 1T すりごま 2T (豆板醤 適量) ラー油 適量</p>	<p>~肉味噌を作る~</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. フライパンにごま油を熱し、長葱、生姜を炒める。 2. 挽肉を入れ、ポロポロ状になるよう炒める。 3. (B) を加え、汁気がなくなるまで炒める。 <p>~チンゲン菜をゆでる~</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. チンゲン菜の葉を1枚ずつはかす。 2. 鍋にお湯を沸かし、塩、ごま油を加える。 3. チンゲン菜を入れて、ゆで、ざるに上げる。 <p>~たれを作る~</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小さきボウルに、味噌、練りごまを入れ、めんつゆを加え、よく混ぜる。 2. 豆板醤(お好みで加える)、すりごま、豆乳を加え、混ぜ合わせる。
<p><肉味噌></p> <p>豚挽肉 200g 長葱 1/2本分 (みじん切り) 生姜 1/2片分 (みじん切り)</p>	<p>~麺をゆでる~</p> <p>にっぷりのお湯で、麺をゆで、ざるに上げる。流水でしめる。</p>
<p>B { 赤味噌 1T 甜面醬 1T オスターソース 1T 砂糖 1T弱 紹興酒 2T 鶏ガラスープ 1/4セ (顆粒) お湯 2T ごま油 1/2T</p>	<p>~盛りつける~</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 盛りつけの器に麺を盛りつける。 2. 麺の上に、チンゲン菜を輪を作る。 3. まん中に肉味噌を、こんもりと盛りつける。 4. たれをまわしかける。



じゃがいも餅

じゃがいも餅

材 料	作 り 方
(5~6個分) じゃがいも 300g~400g 片栗粉 3T パルメザンチーズ 2T 塩 少々 こしょう 少々 バター 30g 青じそ 5~6枚 <たれ> A(醤油・砂糖各2T 酒・水 各1T)	<ol style="list-style-type: none"> 1. じゃがいもは、皮つきのまま、レンジで加熱(600W 6分~8分)する。(ポリ袋・ラップ使用) 2. 皮をむいて、ボウルに入れ、つぶす。(粗めにつぶす) 3. パルメザンチーズ・塩・こしょうを加え、片栗粉も入れて、よく混ぜる。 4. 5~6等分し、丸めたものを平らにし、形を整える。 5. フライパンにバターを入れ、中火で(4)の両面を焼く。 6. たれの材料を小鍋に入れて、煮、つめる。 7. (5)を皿に盛りつけ、間に、青じそをはさみ、たれをかける。

なすの葱塩たれ

材 料	作 り 方
なす 4本 片栗粉 2T <葱塩たれ> A(長葱(みじん切) 6g 塩 1/4t みりん 1t こしょう 少々 ごま油 2T 白炒りごま 1t 糸唐辛子 適量 かぼす すだち など レモン	<ol style="list-style-type: none"> 1. なすは、皮をむき、6~7cm長さに切る。 2. 縦半分に切った後、3~4等分し、片栗粉をまぶす。 3. ごま油、酒、塩を入れたお湯でなすをゆでる。 4. ざるに上げて、水気を切る。 5. 耐熱容器に(A)を入れて混ぜる。 6. 小さめの鍋にごま油を入れて熱し、(5)の上にかき混ぜる。 7. 器になすを盛りつけ、葱塩たれをかける。 8. 上に糸唐辛子を散らす。 9. かぼすなどと添える。



なすの葱塩だれ