

＼ 2人の料理家が考案 ／

貝印のキッチンツールで作る おいしいレシピ



料理教室を主宰している料理家のお二人に、
秋らしいレシピを教えていただきました。



かぼちゃのマフィン ～かぼちゃのサラダ添え～

オープンいらずの天然酵母パンとほくほくのかぼちゃサラダ。
どちらもかぼちゃの優しい甘みを活かしたレシピです。

材料

かぼちゃのマフィン		かぼちゃのサラダ	
(直径5cm、5個分)		(4人分)	
かぼちゃ(ゆでて潰したもの) …… 50g		かぼちゃ …… 中1/4個(400g)	
無塩バター …… 10g		くるみ …… 40g	
A 国産強力粉 …… 150g		パンチェッタ …… 50g	
きび砂糖 …… 大さじ1	B 粒マスター …… 大さじ2		
天然塩 …… 小さじ1/3	はちみつ …… 大さじ1		
有機天然酵母 …… 2g	オリーブオイル …… 大さじ1~2		
(ホシノ天然酵母の生種 …… 大さじ1)	塩、こしょう …… 各少々		
水 …… 70ml			
かぼちゃの種 …… 適量			

作り方

かぼちゃのマフィン

- ボウルにかぼちゃ、無塩バターを入れて混ぜ合わせる。Aを材料の上から順に加え、生地がひとつになりになるまで混ぜ合わせる。生地が2倍にふくらむまで置く(一次発酵)。
- ①を5等分にして成形し、表面にかぼちゃの種をつける。
- ②③をo.e.c.中華鍋に並べて蓋をし、生地が1.5倍ほどにふくらむまで約1時間おく(二次発酵/冬場はここで15秒ほど火にかける)。
- ③の生地がふくらんだら、強火で30秒、弱火で3分火にかける。裏返して強火で15秒、弱火で3分焼く。
- ④をもう一度裏返し、弱火で5分、さらに裏返して弱火で5分、合計16~17分蓋をして焼く。

o.e.c.中華鍋28cm(ふた付)

IHと相性のよい材質を使用。
熱効率がよく、炒め物などが
シャキッと仕上がりります。深さ
を活かした緩やかなカーブ
は、具だくさんの料理に最適。

品番:DY-5205 ¥19,440

このレシピで
使った
キッチンツール



ほたてのムニエルを 黄色のソースで

時短で簡単に作れるほたてのメインディッシュ。
色鮮やかな盛りつけは、おもてなしにもピッタリです。

材料 (4人分)

スナップエンドウ、ミニトマト	黄色のソース
各適量	生クリーム 大さじ4
ほたて(生食用) 12~16個	ノンオイルドレッシング
塩、こしょう、小麦粉、オリーブオイル (バジル／市販) 各適量	大さじ1
レモン、バジルの葉 各適量	ターメリック 適量

作り方

- フライパンに水と少量の塩(分量外)を入れ、火にかけて沸騰させる。筋を取ったスナップエンドウ、ヘタを取ったミニトマトを入れて軽くゆで火を通す。
- ①を冷水に入れ、スナップエンドウはさやに切れ目を入れて片面をはがす。ミニトマトは皮を取り除く。
- ②ほたてに塩、こしょうをし、小麦粉を両面につける。Solidaチタンコートフライパンにオリーブオイルを入れて熱し、ほたての両面を焼いて取り出す(ほたての表面に焦げ目をつけ、中は少しレアに)。
- ③のフライパンに生クリーム、ノンオイルドレッシング、ターメリックを入れ、ゴムべらで混ぜて「黄色のソース」を作る。
- ④ほたてに塩、こしょうをし、小麦粉を両面につける。②を添え、レモン、バジルの葉を飾る。

このレシピで
使った
キッチンツール



TVS Solida
チタンコートフライパン24cm

20万回以上の耐摩耗試験
をクリアした耐久性の高い
チタンコーティング。底面が
フラットで洗いやすく、フッ素
が削れにくいのが特徴。

品番:DW-9252 ¥6,480



レシピを紹介してくれたのは

時短料理&テーブルコーディネート、フラワーデザイナー 井上一恵 先生
フレッシュフラワー & ブリザードフラワースクール、テーブル
コーディネート & 時短料理教室を兼ね備えた「Flower studio
JARDINET TOKYO」主宰。料理にまつわるテーブルのトータル
な提案を得意とする。

www.kaihouse.jp