

第13回 食糧学院 高校生レシピコンテスト 応募用紙

管理
番号

RY1232

メニュー名

サーモンカツサンドスコーン



学校名/氏名

豊島学院高等学校	2年
O-C	

PR文

今回紹介するレシピは、家族みんなが好きなスコーン、サーモンを掛け合わせた一品です。いつも私を励まし応援してくれる家族に感謝の気持ちを込めて作りました。見ても楽しい食べても新食感、新しい味が楽しめて元気になる料理となっています。

調理時間

70分

材料	作り方
2人分 スコーン生地 薄力粉 50g ベーキングパウダー 3.6g 塩 ひとつまみ バター 28g 卵 1/2個 トッピング 塩 適量 サーモンカツ サーモン 1冊 パン粉 適量 薄力粉 適量 とき卵 適量 揚げ油 適量 クリームチーズソース クリームチーズ 40g 牛乳 大さじ1 黒胡椒 適量 にんにく 1片 ブロッコリーと蓮根の炒め物 ブロッコリー 1/4個 ベーコン 2枚 蓮根 1節 にんにく 1片 醤油 小さじ1 塩胡椒 適量 仕上げ ミントト 1個	スコーンレシピ 1.ビニール袋のなかにスコーン生地の卵とトッピングの塩以外を入れてバターの塊がなくなるまで混ぜる 2.1の中に卵を入れ、まとめる 3.麺棒で2~2.5cmの厚さに伸ばし、型抜きしていく。 4.ベーキングシートを敷いたトレイに載せ、トッピングの塩をのせ、190度に予熱しておいたオーブンで15分焼く。 クリームチーズソース 1. クリームチーズを耐熱容器に入れレンジで40秒温めて柔らかくする。 2.1に残りの材料を入れしっかりと混ぜる サーモンカツ 1.冷蔵庫で冷やしておいたサーモンをキッチンペーパーをつかい水気を拭き取る。 2.1の両面に塩胡椒をする 3.2に薄力粉、卵、パン粉の順番につける 4.190度に温めた油で片面ずつ1分くらいで揚げる。 ブロッコリーと蓮根の炒め物 準備 ニンニクをすりおろしておく 調理 1.ブロッコリーを一口サイズに切って耐熱容器にブロッコリーと大さじ1の水を入れ、電子レンジで1分加熱する。 2.蓮根を銀杏切りにし、大さじ1の水を入れ電子レンジで3分加熱する。 3.フライパンに油を入れベーコンを炒める。 4.3に1と2を入れてすりおろしニンニクを入れて炒める。全体が混ざってきたら醤油、塩胡椒を入れる。 盛り付け 出来たスコーンを半分に切り、クリームチーズを塗り斜めに厚めでスライスしたサーモンカツを2切れのせ、うえからクリームチーズをかける