

メニュー名

♡彩りデコサンドウィッチ & サクサクかりんとう♡

学校名: 埼玉県立新座総合技術 高等学校

氏名: 山田 さつき

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～

私からのメッセージ

家族に向けてのありがとうを込めた料理です。いつも、何かあると助けてくれるのが、家族で、協力してくれたり、応援してくれたりするのも家族です。そんな家族へ心を込めて作りました。

また、いつも働いて大変な親ですが、彩りのいい料理を見て元気になってほしいとおもい、作りました。

いつも見守ってくれてありがとう。

これからもおねがいます。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント
食パン(8枚切り)	6枚	① 食パンの耳を切る。 * パンの耳でかりんとうをつくるのでとっておく ② ツナマヨを作る (1) ツナ缶からツナを取り出して、ツナの水気を取る。 * ツナマヨが水っぽくならないために水気を取る (2) (1)をボールに入れてマヨネーズと胡椒で味をつける。 ③ 玉子マヨを作る (1)卵を固めに茹でる。* 水から入れて沸騰してから約12分 (2)卵をみじん切りにする。玉葱もみじん切りにして、水につけておく。 * 辛みを抜くため (3) ボールに、みじん切りにした具と、塩、胡椒、マヨネーズを入れて味をつける。 ④ マッシュポテトを作る (1)じゃがいもをいちよう切りにする。* 半分にし、それをさらに半分へ (2) 水から茹でる。* やわらかくなるまで (3) 湯を捨て、塩、胡椒をし、水気を飛ばす。 (4) 熱いうちに漉す。* 熱いうちだと漉しやすい (5) (4)を鍋に入れバターを入れ火にかけて練る。 △その他の具材 (1) エビの殻を取って茹でる。* 取るとエビがまるまる (2) ミニトマトを4等分にする。 (3) サニーレタスは手で小さくちぎる。 ⑤ デコレーション (1) パンの上にツナマヨをのせて平らにする。 * 具材は好きなものを好きにサンドする!! 自由でOK~!! (2) その上にパンをのせ、さらに、玉子マヨをのせる。 (3) (2)にパンをのせ、マッシュポテト、エビ、ミニトマト、サニーレタス、サーモン、チーズでトッピングする。 ⑥ パンの耳でかりんとう (1) フライパンに油をひき、あたたまったらパンの耳を入れ炒める。 (2) 少しずつ油を足してキツネ色になるまで炒める。 (3) ペーパータオルのおいたバットにのせて油を切る。 熱いうちにグラニュー糖をふりかける。
<ツナマヨ> ツナ缶 マヨネーズ 胡椒	2つ 大さじ3 少々	
<玉子マヨ> 卵 マヨネーズ 塩・胡椒 玉葱	2コ 大さじ3~4 少々 1/4コ	
<マッシュポテト> じゃがいも バター 塩・胡椒	2つ 20g 少々	
エビ ミニトマト サニーレタス サーモン チーズ(スライス)	5~8コ 4~6コ 2枚 8切れ 2枚~3枚	
パンの耳 グラニュー糖 油	6枚分 少々 大さじ2~3	