



# シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながい・ともかず）  
茨城県笠間市にある  
「天晴（旧キッチン晴人）」  
オーナーシェフ



## リンゴとホタテの グラタン



### 材料（2人分）

- ホタテ貝柱 …………… 2個
- リンゴ …………… 1/2個
- マッシュルーム …………… 2個
- 干し柿 …………… 1個
- ホワイトソース(市販品) … 大さじ4
- パルメザンチーズ …………… 適宜
- 塩、こしょう …………… 適宜
- 薄力粉 …………… 適宜
- 白ワイン …………… 大さじ1
- バター …………… 10g

### 作り方

- (1) ホタテ貝柱は水気を拭き取り、塩、こしょうをして薄力粉を薄く付ける。リンゴは皮をむいて種を取り除き、一口大にカットする。マッシュルームは石づきを取り、縦半分に切る。
- (2) フライパンにバターを入れ、(1)の材料をソテーして最後に白ワインを回しかける。
- (3) 6、7cmほどのココットにバター(分量外)を塗り、(2)と5mm幅に切った干し柿を入れ、ホワイトソース、パルメザンチーズの順にかけ、180度のオーブンで10～12分ほど焼く。
- (4) 耐熱の下皿に(3)を載せ、お好みのハーブ(材料外)を飾り出来上がり。



## 洋風タケノコご飯

### 材料（4人分）

- 米 …………… 300g
- 水 …………… 300g
- ブイヨンキューブ …………… 1個
- しょうゆ …………… 小さじ1
- タケノコ水煮 …………… 1/2本
- トマト …………… 小1個
- 冷凍ムール貝 …………… 200g
- 新タマネギ …………… 1/2個

### 作り方

- (1) Aのうち、タケノコ水煮は縦にスライスしてさっとゆがき、トマトは1cm角に切る。新タマネギは粗みじん切りにする。
- (2) 米を研ぎ、ざるにあげて20分置く。炊飯器に水を入れ、米とAを全て入れて20分浸水し炊飯する。
- (3) 炊き上がった(2)を彩り良く器に盛り付け出来上がり。

