



【料理／スイーツ部門】

胡麻味噌&胡麻坦々豆乳パーニャカウダー

キャリナリー製菓調理大阪校 調理総合本科2年 池内潤様



【材料】

●胡麻味噌パーニャカウダー
金ごまねりごま 20g / 金ごま油 30g / 金ごまいりごま 5g / 味噌 10g / にんにく 2片 / 砂糖 1g

●胡麻坦々豆乳パーニャカウダー
具入りラー油 10g / 金ごまいりごま 10g / 木綿豆腐 60g / 豆乳 40g / りんご酢適量 / 濃口しょうゆ適量
○具材

アスパラガス 2本 / 餃子の皮 2枚 / パルジャミーノチーズ 10g / ごぼう 1/4本 / 生ハム 20g / りんご 1/4個 / 厚揚げ 1/4丁 / さつまいも 30g / うずら卵 2個

【手順】

●胡麻味噌パーニャカウダー

1. 金ごま油の中ににんにくを入れ小鍋で極弱火で 15分程加熱し
2. 1で火を止めたら金ごま油とにんにくを分け金ごま油は冷ましにんにくは潰す。
3. 金ごまいりごまをすりごまにする。
4. ボウルに金ごまねりごま・味噌・砂糖・3のすりごま・つぶしたにんにくを入れしっかり混ぜる。
5. 最後に冷めた金ごま油をいれ混ぜたら完成。

●胡麻坦々豆乳パーニャカウダー

1. 木綿豆腐をキッチンペーパーに巻いてレンジで 1分 30秒かける。
ミキサーに豆乳とレンジにかけた豆腐を入れミキサーにかける。
2. ボウルにミキサーにかけたものを入れ具入りラー油・金ごまをすりごまにしたものをいれ混ぜる。
3. 最後にりんご酢、濃口しょうゆを適量いれ味が整ったら完成。

○具材

アスパラガス→沸騰したお湯に3分間塩茹でし氷水にさらし水気をとる。 / 餃子皮チップ→餃子の皮の上にパルジャミーノチーズをふり 120度のオーブンで 10分間焼く。 / ごぼう→うすく長めにスライスしたごぼうを 180度の油でかりっとなるまで素揚げする。 / 生ハムりんご→りんごを長方形 2×4cm幅にカットした上に生ハムを巻く。 / 厚揚げ→一口大の乱切りにしてカリカリに焼く。 / さつまいも→輪切りしながら皮ごと少し焦げ目がつくまで焼く。 / うずら卵→水から火にかけ沸騰したら火をゆるめ 4分間茹でたら氷水にさらす。

【企画主旨】豪華な前菜で彩りよく華やかなパーニャカウダーに仕上げました。。

【商品コンセプト】彩り豪華な前菜

【商品ターゲット／ポイント】どの食材にも合うやさしく・シンプルな味付けです。