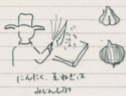


きのこのリゾット



にんにく、玉ねぎは  
みじん切り



しめじは小鍋に分け、  
エリンギは細く切りにし、  
しめじは4割り。



洗った白米を  
加える



オリーブオイル  
にんにくを炒め  
玉ねぎを加え、  
きのこを炒め合わせる



白ワインを加える

ごはん鍋に  
全部入れて  
4分ほど火を  
かけ加え炊く



バター



チーズ

レンズ豆と塩豚のスープ

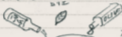


湯をわかして  
レンズ豆を  
5分炒める



みじん切

① 塩豚は  
9.977枚にカット

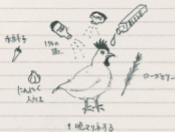


②



③ 炒めたレンズ豆  
④ 塩豚を加えて炒める  
⑤ 水を加えて煮込む  
⑥ 煮込み  
⑦ 醤油と Plum Sauce を加えて  
15分煮る

# ローストチキン



ウスターソース  
人参



鶏の皮を剥いて  
20分 150°C  
30分 200°C

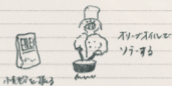


その後 40分 200°C  
20分 200°C

鱈のトマト煮



鱈は塩を、頭と尾とに  
内臓を出して洗う。  
3枚におろして塩を  
30分置く。



小麦粉を取り

オリーブオイルを  
ソテーする



トマト



魚の口元  
飾り付け

オリーブオイルにトマトソース  
玉ねぎを加え、炒め、  
トマトと赤唐辛子を加え  
ワインを加える

# 茄子のマリネ



1cm厚に  
カット



2/3の塩をしてグリル  
E0172 100°Cで90分焼く



ビナーの水を抜いた  
差漸に瓶に詰め込む



ミント



焼いた  
E0172に  
混ぜる