



## クリスマスツリーピラフ

～エビとチキンのリース仕立て～



【材料】4人分

		2P	<エビとチキンのグリル>
A	水	350ml	鶏ムネ肉
	コンソメ（顆粒）	小さじ2	ムキエビ
	塩	ひとつまみ	塩
	コショウ	少々	コショウ
	タマネギ	100g	ガーリックパウダー
	パプリカ（黄）	50g	レモン汁
	ピーマン	25g	オリーブ油
	バター	20g	
	パセコン	適量	<グリル野菜>
	<ベリーソース>		ズッキーニ
	ベリーピューレ	大さじ3	パプリカ（赤・黄）
	レモン汁	小さじ1	塩
	塩	小さじ1/2弱	オリーブ油
	コショウ	少々	ベビーリーフ
	砂糖	小さじ1	リーフレタスなど
	オリーブ油	大さじ1	アルミホイル

【作り方】

- ① タマネギ、パプリカ（黄）、ピーマンは小角に切れます。
- ② 鍋にバターを溶かし、①を炒めます。Aを注ぎ入れ、沸騰したら火を止め、そのまま20分ほど蒸らします。
- ③ ベリーソースは合わせておきます。
- ④ 鶏ムネ肉、ムキエビは一口大に切れます。アルミホイルを広げ、鶏肉、エビを入れ、塩、コショウ、ガーリックパウダー、レモン汁、オリーブ油をからめて包みます。  
両面焼き水なしグリル 強火 7~8分
- ⑤ ズッキーニ、パプリカは一口大に切れます。（黄色は星形で抜きます）  
アルミホイルを広げ、野菜に塩、オリーブ油を絡めて包みます。  
両面焼き水なしグリル 強火 5~6分。
- ⑥ 大皿の真ん中に②のピラフを盛りつけ、パセリをふります。（星を飾ります）  
その周りにリーフレタスやベビーリーフを飾り、④、⑤を均等に盛りつけ、ベリーソースを飾ります。



## イチゴサンタのクリスマスカップ

### 【材料】8コ分

(備蓄) 米粉クッキー	8枚	生クリーム	200g
<ベリーシロップ>		コンデンスマilk	40g
グラニュー糖	10g		
水	20g	<飾り>	
ベリーピューレ	大さじ1	生クリーム	100g
		コンデンスマilk	20g
<ミルキーベリームース>		イチゴ	8粒
A ゼラチン	7g	ブルーベリー	16粒
水	35g	チョコレート菓子	適宜
冷凍ベリーミックス	120g	セルフィーユなど	適宜
ベリーピューレ	120g		
B 水	100g		
グラニュー糖	30g		



### 【準備】

#### <ベリーシロップ>

- ・鍋にグラニュー糖、水を入れ沸かします。冷ましてベリーピューレを加えます。
- ・ゼラチンは分量の水にふり入れふやかしておきます。(A)

### 【作り方】

- ① クッキーを容器に入れ、ベリーシロップを小さじ 1/2 程度かけておきます。
- ② <ミルキーベリームース>  
鍋に B を合わせて火にかけ、グラニュー糖を溶かします。(加熱しすぎに注意)  
火を止め、ふやかしたゼラチンを入れて溶かします。
- ③ ボウルに生クリーム、コンデンスマilkを加えて7分立てにします。
- ④ ②を氷水にあて少し濃度がついたら、③のクリームと合わせます。  
①の容器に均等に分け入れて冷やします。
- ⑤ ボウルに生クリーム、コンデンスマilkを加えてしっかりと立てます。  
星口の絞り袋に入れて、④の上に絞ります。少し残してイチゴサンタも作ります。
- ⑥ イチゴサンタ、ブルーベリー、チョコレート菓子などを飾ります。

#### <イチゴサンタの作り方>

イチゴのヘタを取り、先を 1/3 切り落とし、生クリームを絞ります。

落とした先をのせて、とんがりの部分にもクリームをつけます。

チョコレートなどで目をつけます。

