

伊予地鶏・ピーマン・葱の味噌ソース和え



材料（4人分）所要時間30分

地鶏もも肉・・・・・・・・・・1枚
長茄子・・・・・・・・・・1本
ピーマン・・・・・・・・・・2個
糸鰹・・・・・・・・・・少々

葱味噌ソース

青葱・・・・・・・・・・大1/4束
白味噌・・・・・・・・・・100g
白切胡麻・・・・・・・・・・大さじ1/2
地鶏茹汁・・・・・・・・・・30cc
アップルビネガー・・・・・・・・30cc
マヨネーズ・・・・・・・・大さじ1杯
濃口醤油・・・・・・・・・・少々
砂糖大さじ・・・・・・・・・・15杯
ねり辛子・・・・・・・・・・少々
ホワイトペッパー・・・・・・・・少々
白ワイン・・・・・・・・・・15cc

作り方

地鶏は湯通し後、水500ccに市販のチキンコンソメを大さじ1杯と酒少々を入れた鍋で茹でて冷まし、薄めにスライスしておく。

長茄子は焼茄子にして皮をむき、2.5cm くらいの長さに切っておく。ピーマンはたて半分に切り、種をとって表面だけ軽くこげめがつくくらいに焼いておく。

青葱は刻み葱にし、白味噌と混ぜ合わせ、オープンレンジが家庭用ガスコンロのグリルで軽くこげめが付くくらいに焼いておく。その他の葱味噌ソースの材料をボールに入れ、よくかき混ぜておく。

地鶏とピーマン、長茄子を和えておく。

よく混ぜ合わせた葱味噌ソースを器の下に敷いて、その上に和えた地鶏や野菜を盛り付け天盛にし、糸鰹又は針葱等をのせて完成。

ワンポイント

葱味噌は軽くこげめが付いたら、箸等で数回よくかき混ぜて焼くと青葱の甘さとおばさの香りが増す。

葱味噌ソースは焼味噌、切胡麻、砂糖、ねり辛子、マヨネーズを入れてよくかき混ぜてから茹汁、アップルビネガー、白ワイン、濃口醤油、ホワイトペッパーを順番に入れて混ぜ合わす事で、分離やだまになりにくい。

食材について

愛媛には伊予なす、松山長なす、絹皮なす等個性的なナスがあります。それぞれの特徴を生かした料理にチャレンジしてみたいかがでしょう。

●●● 料理提供：旅亭うめ乃や（愛媛県松山市上市2-8-9） ●●●

