

ホテルの味 家庭風にアレンジ

ニューバーグ

おかず
彩 菜

料理家

馬場 香織



構成・小松やしほ / 写真・関口純

材 料(2人分)

エビ(ブラックタイガー) 8~10尾
タマネギ…………… 2個(350g)
白ワイン…………… 100ml
サラダ油……………大さじ1
バター……………大さじ1
＜ホワイトソース＞
牛乳…………… 600ml
小麦粉……………50g
ベイリーフ…………… 1枚
バター……………50g
塩……………小さじ1
白こしょう……………少々
＜バターライス＞
米…………… 1.5合
バター……………大さじ1
洋風スープのもと…………… 1個
パセリのみじん切り……………大さじ2

作り方

①エビは殻をむき、背わたを取り、

塩こしょうする。タマネギはみじん切りにする。
②ホワイトソースを作る。冷たい鍋にバターを入れて火を付け、バターが溶けたら小麦粉を入れ、トロトロの状態になるまで焦がさないよう弱火で炒める。いったん火から下ろして牛乳を加え、ダマにならないように混ぜたらベイリーフと塩、白こしょうを入れて火にかけ、焦げないように木べらで鍋底をかき回しながらとろみがつくまで弱火で煮込む。
③バターライスを炊く。研いだ米にバター、洋風スープのもとを加え、水加減して炊く。炊き上がったパセリを混ぜる。
④バターとサラダ油でタマネギを焦げないように、透き通ってしんなりするまで炒める。
⑤エビを加え、赤く色が変わったら、白ワインを加え、ふたをして

蒸し煮する。
⑥⑤の水気がなくなったらホワイトソースの中に入れ、弱火で10分ほど煮込む。
⑦バターライスに⑥をかけていただく。

冷凍エビ、塩水で解凍

40年ほど前、ホテルで食べたお料理を家庭風にアレンジしたものです。エビの色素で淡いピンク色になったソースが可愛らしいですよ。みんなに好まれる味だと思います。我が家でも子どもたちが大好きでした。結婚した娘は、今でも一番よく作る料理だと言っています。ホテルでは豪華なイセエビを使っていたましたが、家庭版は普通のエビで。冷凍エビを使う場合は塩水で解凍するのがおいしさのコツです。



もう一品

クレソンとネギのサラダ

ネギ1本の白い部分をせん切りし白髪ネギを作り水に放っておく。クレソン2束は、葉の部分は5cm長さに切り、軸は3cm長さの斜め切りにしておく。オリーブ油40ml、白ワインビネガー15ml、砂糖ひとつまみ、塩・粒マスタード各小さじ1/2、みじん切りのニンニク1片分を混ぜドレッシングを作る。ボウルにクレソンと、水をよく切った白髪ネギを混ぜ、ドレッシングを適宜かけてあえる。