

平成27年度(第20回)農業高校対抗料理コンクール グランプリ レシピ

高校名	鳥取県立日野高等学校
作品名	もちしゃり♡エビカツバーガーセット

【材 料】 (6人分)

材 料	分 量	材 料	分 量
<b>&lt;エビかつバーガー&gt;</b>			
ごはん	120g	小麦粉 (衣用)	大1
牛乳	100ml	パン粉 (細目)	適量
ぬるま湯 (38℃)	100ml	揚げ油	適量
ドライイースト	7g	甘酢らっきょう	9個
砂糖	5g	らっきょう酢	
大山小麦	360g	ゆで卵	1個
塩	4g	マヨネーズ	大4
トレハロース	30g	塩こしょう	適量
バター	40g	粒マスタード	適量
ねばりっこ (すりおろし)	20g	グリーンリーフレタス	6枚
卵黄	1個	むき海老	180g
ごま	適量	ねばりっこ	100g
甘酢らっきょう	18個	冷凍枝豆	10房
日野高産味噌	20g	片栗粉	20g
玉ねぎ	適量	小麦粉 (玉ねぎにまぶす用)	適量
卵 (衣用)	1個		
<b>&lt;ねばりっこポタージュ&gt;</b>			
ねばりっこ	260g	日野高産白ねぎ	1本
厚切りベーコン	40g	バター	12g
甘酢らっきょうみじん切り	6個	チキンコンソメ	1.5個
牛乳	800ml	塩こしょう	適量
ブロッコリー	30g		
<b>&lt;カレーチュロス&gt;</b>			
ハウスカレーパウダー (顆粒)	15g	パン粉	大きじ3
ごはん	36g	コンソメ顆粒	小さじ2
牛乳	30ml	らっきょうのみじん切り	3個分
ホットケーキミックス	100g	卵白	1個
トレハロース	15g	揚げ油	適量

## 【レシピ】

### <エビかつバーガー>

#### (バンズを焼く)

- ①ご飯に牛乳を入れ、フードプロセッサで粥状にする。(チュロスの分とまとめて)
- ②ぬるま湯にドライイーストと砂糖を入れ、よく混ぜる。
- ③ボウルに大山小麦、トレハロース、塩、バター、ねばりっこのすりおろし、①、②を入れ、耳たぶくらいの硬さになるまでよく混ぜる。硬ければ牛乳を加える。(分量外)
- ④6つに分割し、手に水をつけて丸め、型に入れ、オーブンの発酵機能で20分発酵させる。
- ⑤卵黄を水で溶いたものを塗り、ごまをふり、180℃のオーブンで15分焼く。

#### (エビカツをつくる)

- ⑥ねばりっこの半分は1cm角に切る。エビの半分・枝豆は粗みじんにする。
- ⑦甘酢らっきょうをフードプロセッサでみじん切りにし、むきえび・ねばりっこの半量を加えさらにみじん切りにする。
- ⑧⑦に片栗粉・味噌をいれ、フードプロセッサでよく混ぜ、枝豆を加え6等分にし、玉ねぎを輪切りにして小麦粉をまぶした型に入れる。
- ⑨卵と小麦粉を混ぜたものにくぐらせ、パン粉をつけ、揚げる。

#### (らっきょうタルタルソースをつくる)

- ⑩甘酢らっきょうを18個をフードプロセッサでみじん切りにし、3分の2を取り出し、ポタージュ用とチュロス用にする。
- ⑪⑩に、ゆで卵を加え攪拌してとみじん切りし、マヨネーズ・らっきょう酢・塩こしょう・粒マスタードを入れ、タルタルソースを作る。

#### (仕上げる)

- ⑫グリーンリーフレタスをせん切りにする。
- ⑬⑤のパンを半分に切り、両面に粒マスタードを薄く塗り、せん切りレタス・エビかつ・タルタルソースを挟んだら完成。

### <ねばりっこポタージュ>

- ①ねばりっこ40g・ベーコンは1cmの角切り、白ねぎは斜め切りにする。ブロッコリーはゆでておく。
- ②鍋にバターを入れ、らっきょうのみじん切り6個分・白ねぎ・ベーコンを炒め、ねばりっこを加えて軽く炒め器の中央に盛る。
- ③鍋に牛乳・コンソメ・ねばりっこ220gのすり下ろしをいれ、中火でよくかき混ぜながら加熱し、塩こしょうで味を調える。
- ④②の器に静かに流し入れ、ゆでブロッコリーを小さく切ったものを上から散らす。

### <カレーチュロス>

- ① ご飯に牛乳を入れ、フードプロセッサで粥状にする。
- ② ①にカレーパウダー・ホットケーキミックス・卵白・トレハロースを加え、混ぜる。
- ③ ②を絞り袋に入れ、クッキングシートに絞り出し、150℃の揚げ油にシートごと入れ、揚げ色がつくまで揚げる。

#### (ふりふりパウダーをつくる)

- ④ パン粉とらっきょうのみじん切りをフライパンで加熱し水分を飛ばす。
- ⑤ ④をミルサーに入れ、コンソメ顆粒を加え粉末状にし、チュロスにまぶす。

### 【こだわりポイント】

ご飯を入れもちり食感のバンズに、エビのぷりぷり&ねばりっこのしゃりしゃり食感が楽しめるカツを挟みました。スープもねばりっこの色々な食感を楽しめます。デザートはご飯のスイーツを作りたいと思いカレー味のチュロスに挑戦です。鳥取県を初めて訪れる方に、鳥取の食の魅力を伝えられるような鳥取の新名物になればいいな。

