

LIFE-012

# クリスマスがやって来る。

飯島奈美



## クリスマスチキン

### 材 料（4人分）

- ・骨付き鶏もも肉 4本
- ・水 100cc
- ・塩 大さじ1
- ・酒 大さじ1
- ・プレーンヨーグルト 大さじ4
- ・にんにくスライス 3片ぶん
- ・しょうがスライス 1片ぶん
- ・こしょう 少々

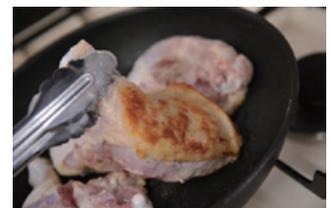
A

- ・薄力粉 1/4カップ
- ・強力粉 1/4カップ
- ・塩 小さじ1/3
- ・白こしょう 少々

B

### つくりかた

- ・味を染み込みやすく、火が通りやすくなるように鶏肉の骨に沿って切りこみを入れる。
- ・Aをすべてあわせたものに、鶏肉を漬け込む。
- ・ひと晩、冷蔵庫で寝かせる。
- ・調理前に取り出し、鶏の水気を切って、まぜあわせたBの粉をまぶしフライパンで皮目3分、ひっくりかえして2分焼く。
- ・200℃にあたためたオーブンに、天板に網をひいて鶏肉をのせ、15分焼く。



# クリスマスケーキ

## 材 料

- ・いちご 20～24コ
- ・ミントの葉 適量

## シロップ

- ・グラニュー糖 50g
- ・水 50cc
- ・リキュール 大さじ1
- ・いちごの絞り汁 大さじ3

## スポンジケーキ(18cm)

- ・卵 M3コ
- ・薄力粉 90g
- ・グラニュー糖 80g
- ・バター 40g

## ホイップクリーム

- ・生クリーム 400cc
- ・グラニュー糖 大さじ2

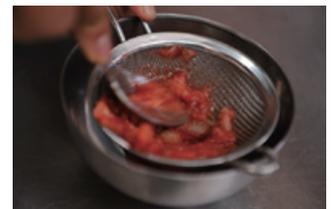
## つくりかた

- ・18cmのケーキ型にバターを塗り、クッキングペーパーを縁に巻き底に敷いておく。
- ・小麦粉をふるい、バターは湯せんでとかしておく。卵は常温にもどしておく。
- ・ボウルに卵を割りほぐす。
- ・ボウルよりひとまわり小さい鍋に湯を沸かし、ごく弱火のままボウルをのせ、ハンドミキサーで卵を泡立てる。
- ・グラニュー糖を3回に分けて入れながら混ぜ、ひと肌くらいにあたたまったら鍋からはずして混ぜつづける。
- ・卵液をたらして、形がすぐには消えないくらいしっかり泡立ったら、最後に低速で混ぜて、卵のきめを整える。
- ・ふるった小麦粉を3回にわけて入れ、混ぜ、溶かしバターも加えてさっくりと、ボウルの底からすくうように混ぜる。
- ・型に流し入れ、底を軽くたたく。



## つくりかた（つづき）

- 180℃にあたためたオーブンに入れ、約 25 分焼く。  
串を挿して生地がつかなければ取り出し、  
型から外し、網のうえにひっくり返してのせ、冷ます。  
クッキングペーパーははずしておく。
- シロップをつくる。  
いちごをつぶして濾し、大さじ4の果汁をとる。  
ミキサーにかけてもよい。
- グラニュー糖と水を火にかけ、  
砂糖が溶けたら火から下ろし  
ボウルでリキュール、果汁と合わせておく。
- 生クリームにグラニュー糖を加えて  
氷をボウルの底にあて、泡立てる。  
角が立つまで完全に泡立てず、  
八分立てにする。
- スポンジが常温になったのを確認して  
表面を切りのぞき、半分の厚さに切る。
- スポンジの底以外に、シロップをたっぷり塗る。
- 一段目のスポンジの上面に生クリームをのせ、  
ひろげて、9コのイチゴを半分に切ったものを並べ、  
上にクリームをのせて、平らにならす。
- 二段目の、シロップを塗ったほうの面を下にして重ね、  
上にクリームをたっぷりのせて、ひろげる。
- 側面にもクリームを塗る。
- 残ったクリームを角が立つまで泡立て、  
しぼりぶくろに入れて絞り、  
そこにいちごをのせる。
- 食べる直前まで、冷蔵庫に入れ、クリームを固める。
- いちごのそばに、お好みでミントの葉を飾り、  
切り分けてどうぞ。



# 栗のピラフ

## 材 料 (3~4人分)

- ・米 2合
- ・甘栗 1袋 (約80g)
- ・にんにく 1/2片
- ・たまねぎ 1/2コ
- ・マッシュルーム 4コ
- ・バター 大さじ2
- ・塩 小さじ1
- ・固形ブイヨン 1粒



## つくりかた

- ・たまねぎ、にんにくをみじん切りにする。  
マッシュルームは半分に切り、  
それを4等分のスライスに。
- ・米を研ぎ、ザルにあげ、水気を切る。  
無洗米ならそのまま。
- ・フライパンにバターをひき、  
たまねぎとにんにくを炒め、  
透明になったら米を加えてさらに炒める。  
米の表面が透明になったら、マッシュルームを加えてさっと混ぜ、  
炊飯器に移して、  
2合の線まで水を入れて、  
ブイヨンと塩を入れて炊く。
- ・炊飯器が「保温」になったら  
すぐに、さっくりと混ぜ、  
甘栗を加えて混ぜる。