

第1期そば学検定 そば料理学 課題及び解答用紙

受験番号		氏名	優秀賞(2)
------	--	----	--------

Q. そば粉を使った料理を1品作って下さい。
 種物でも、創作でも酒肴でも、甘味でもなんでも良いです。
 ただ、この料理を作る動機と誰に食べさせたいかとの思いを
 レシピ(写真)と一緒に書きください。

料理の名称	ガレットの北京ダック風 シアット そば湯ゼリー
材料及び分量	<p>そば粉 90g 白玉粉 10g</p> <p>鶏もも肉 1枚 ショウガ、ネギ青い所、各少々</p> <p>⑦ みそ20g かえし、砂糖、味醂、酒、各大匙1</p> <p>① 長ネギ1本 きゅうり1本 にんじん50g</p> <p>甜麺醤 適宜</p>
チョウリホウホウ (特に工夫したことな ども入れてください。)	<p>① そば粉、白玉粉に、水300mlを入れ、よく混ぜ1時間以上寝かす。16cm位に丸く、薄く焼く。10枚</p> <p>② 鶏もも肉に⑦を塗り、1時間以上置く。皮目から、こんがり焼き、細きりにする。</p> <p>③ ①を6cmのせん切りにする。 綺麗に盛り付ける。</p> <p>*酒好きの女子の定例そば会。 私が主催する蕎麦道場で、2か月に1度開催する女子会です。 ビール、ワインに合う、1品。定番のガレットを、弱火で小さく焼き、鶏ももと、野菜のせん切りを乗せ、甜麺醤をつけ、巻いて食べます。 シアットはイタリアのおつまみですが、ソバ生地にかえしを少し加え和風にしました。 中身は、チーズ、ウインナー、ブロッコリー等を入れてようじで生地を絡めて、ゆっくり揚げます。そば湯ゼリーは、濃い目のそば湯をアガーで固め、黒蜜とかりかりのソバのみをかけてデザートにしました。</p>

