

## ローストターキーのゆずこしょうソース

材料＜4人分＞

ターキー むね肉: 2 lbs

カボチャ : 1個

フレッシュセージ: 6葉

ネギ: 2本

無塩バター: 大さじ4 (室温、或は溶かしバター)

塩: 少々

こしょう: 少々

メープルシロップ: 大さじ4



### - ゆずこしょうソース -

ゆずこしょう: 小さじ1

ホワイトバルサミコ酢: 大さじ3

- 1.かぼちゃをくし型に切り、キャストアイアの鍋の底に並べ塩をふります。
- 2.ターキーのむね肉の皮と肉の間にネギとセージを入れます。
- 3.鍋に入ったカボチャの上にターキーをのせ、バターを全体にぬり、塩こしょうをして、最後に隠し味のメープルシロップを全体にかけます。
- 4.ふたをして350度に熱しておいたオーブンで1時間焼いて出来上がり。

### ゆずこしょうソース

- 1.ゆずこしょうとホワイトバルサミコ酢を混ぜて出来上がり。

### ☆ポイント☆

ゆずこしょうを持っていない場合...

- しょうゆ・レモンの搾り汁・レモンの皮のすりおろしを混ぜたもの

OR

- ポン酢

でも和風に仕上がります！

## ターキーソーセージのおこわ

材料＜4人分＞

もち米: 2カップ

玄米: 1カップ

ターキーソーセージ: 1本

きのこ類: 4 oz

ニンジン; 1本

しょうゆ: 大さじ3

酒: 大さじ2

だし(粉末): 小さじ1



- 1.もち米と玄米を鍋に入れ、さっと洗ったらお米と同量の水を加えて、そのまま15分おいておきます。
- 2.千切りにしたニンジン、スライスしたきのこ、食べやすい大きさにカットしたターキーソーセージを加え、だし、しょうゆ、酒を入れ混ぜます。
- 3.鍋を中火から強火にかけ、沸騰したら20分間、弱火でおきます。
- 4.そして、火を止めて10分蒸らしたら出来上がりです。

### ☆ポイント☆

- ・ターキーソーセージの代わりに残りものターキー肉で作ってもOK!