

ピクニックにぴったりなおにぎり、焼き鳥とサラダ！

 fujisankei.com

ニューヨークはしばらく冷え込む日が続きましたが、ようやく春らしく暖かくなりました！ そんな春から夏にかけて、天気の良い日は外でピクニックがしたくなりませんか？ そこで今回の料理コーナー「A★キッチン」では、ひでこコルトン先生にピクニックレシピを教えてくださいました！

ソーセージおにぎり



材料＜4人分＞

ソーセージ：4個

塩：少々

ごはん：約1合

1. 油をひいたフライパンでソーセージをしっかり焼きます。（出来上がりの目安は皮がパリッとなったらです）
2. 手を水で濡らしてから塩をつけ、ごはんの中にソーセージをいれて俵型ににぎります。この時、両端からソーセージが見えるようににぎるのがポイント。
3. 最後にのりを巻けば完成★

トリュフソルトのマッシュルームおにぎり



材料<4人分>

マッシュルーム：5-6個

バター（無塩）：大さじ1

しょうゆ：大さじ1

トリュフソルト：少々

ペッコリーノロマーノチーズ（お好み）：大さじ1

ごはん：約1合

1. マッシュルームを細かく切ります。
2. フライパンにバターをいれて溶かし、マッシュルームを加えて炒めます。水気がなくなるまで炒めましょう。
3. 火を止めてからしょうゆを加え、お好みで粉チーズ（今回はペッコリーノロマーノチーズを使用）も加えてよく絡めます。※ここにトリュフソルトを加えてもOK!
4. 手を水で濡らしてトリュフソルトを満遍なくつけて、ごはんの中にマッシュルームをお好みの量をいれて俵型ににぎります。※形はお好みでOK
5. のりを巻き、もう一度全体的にトリュフソルトをまぶせば完成

★ ライムとコリアンダーの焼き鳥



材料＜約4人分＞

鶏もも肉：500g

オリーブオイル：大さじ3

ニンニク：1片

コリアンダー：1/2カップ

ライム：1個

ライムの皮：1個分

塩：小さじ1/4強

こしょう：少々

1. *タレ作り* ニンニクとコリアンダーをみじん切りにする。
2. フードプロセッサーにニンニク、コリアンダー、ライムの皮とジュース、塩とこしょうをいれてよく混ぜます。
3. 全体がよく混ざったら止めて、オリーブオイルを加えてからもう一度よく混ぜればタレの完成。
4. 一口大に切った鶏肉とタレをポリ袋にいれ、よくもみこみます。これを冷蔵庫で2時間以上つけておきます。
5. つけた鶏肉を串に刺し、中火にしたフライパンで片面約8分ずつ焼きます。焼き色がついたら出来上がり★ ※鶏肉なのでしっかり火が通るまで焼きましょう。*ポイント：串に刺さずに焼いてもOKですが、串の方が食べる時手が汚れないので便利です。

ブロッコリーのクリスピーサラダ



材料<4人分>

ブロッコリー：1頭

ウォーターチェスナッツ(8oz 缶詰)：1缶

ベーコン：5枚

レッドオニオン：1/2個

アーモンドスライス：適宜

マヨネーズ：大さじ3

ホワイトバルサミコ酢：大さじ3

ディジョンマスタード：大さじ1

塩：少々 こしょう：少々

1. ブロッコリーをよく洗い、茎部分を落として食べやすい大きさに切ります。 ※ブロッコリーは生で食べるので、硬い部分は全て除いた方が◎
2. レッドオニオンはみじん切りにする。
3. *ドレッシング作り* ボウルにマヨネーズ、ディジョンマスタード、ホワイトバルサミコ酢、塩とこしょうをいれて混ぜるだけ。
4. 大きいボウルにブロッコリー、レッドオニオン、さっと洗って食べやすい大きさに切ったウォーターチェスナッツ、カリカリに焼いて細かく刻んだベーコンとドレッシングをいれてよく絡めます。
5. 最後にアーモンドスライスをかければ完成★ *ポイント：ブロッコリーは生ですが、ドレッシングが染み込んでちょうどいい硬さになります。

特製スパークリング・ピンクレモネード



レッドルビーグレープフルーツジュース：4カップ
フレッシュレモンジュース：1/2カップ
レモンの皮（すりおろしたもの）：大さじ2
スパークリングウォーター：適宜
グラニュー糖：1カップ
水：1カップ
ミントの葉：約1/2カップ

1. *ミントシロップ作り* 小さい鍋に水をいれて沸騰させ、グラニュー糖を加えて溶けるまで混ぜる。
2. ミントの葉を加えて火を止め、ふたをして冷ます。冷めたらミントは取り出しましょう。これでシロップは完成です。
3. レッドルビーグレープフルーツジュース、レモンジュース、レモンの皮とミントシロップをピッチャーにいれ、よくかき混ぜます。
4. お好みの量のスパークリングウォーターをいれれば完成★*ポイント：飲む際、レモンやミントをいれると彩りが良く、おしゃれになります！

教えてくださったのは料理家のひでこルトン先生。
ニューヨークで料理教室「NY*おもてなし料理教室」を開催しています。
また、初の料理本を発売したばかり！日本、もしくは紀伊國屋書店NY店にて入手できます。
www.coltonsnewyork.com