

ターキーを使った逆ロールキャベツ

材料＜6個分＞

ターキーミンチ	半ポンド
玉ねぎみじん切り	大さじ2
ニンニクみじん切り	1個
塩コショウ	適量
芽キャベツ	6個
コーンスターチ	適量
トマトジュース	1缶（350ミリ）
チキンブイヨン	小さじ1
砂糖	小さじ2
牛乳	1/4カップ
塩コショウ	適量



作り方

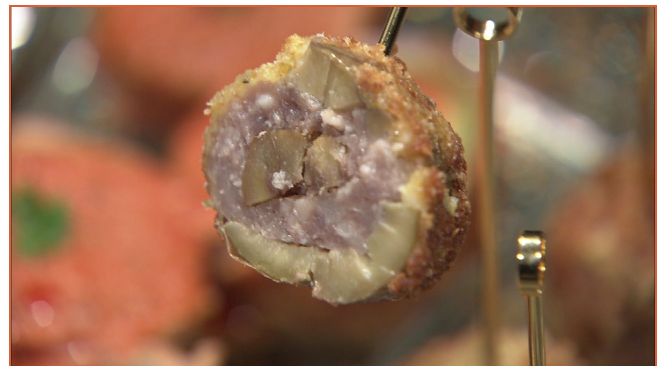
1. ターキーミンチ、玉ねぎ・ニンニク（みじん切り）、塩コショウをよく練って6等分する。
2. 芽キャベツの底を十字に切り込みを入れ火が通りやすくする。
3. 芽キャベツにコーンスターチをはたき、肉で包む。
4. 全面を焼き（テフロン鍋が便利）、トマトジュース、ブイヨン、砂糖、牛乳、塩コショウを入れ沸騰してから15分程中火で煮る。
5. しばらく冷まし半分に切ってサーブ！

☆ポイント☆ 出来てをすぐに切ると肉が剥がれるので注意！！

栗とソーセージのオリーブ詰め

材料＜6個分＞

オリーブ（できるだけ大きめ）	6個
メープルシロップ味の ブラックファストソーセージ	2本
栗	1.5個
卵	適量
小麦粉	適量
ブレッドクラム	適量



作り方

1. 栗1/4個をソーセージ1/3本で包む。
2. オリーブを林檎の皮をむくようにスパイラルに切る。
3. ソーセージのボールをオリーブで巻き、小麦粉、卵をくぐらせ、ブレッドクラムをつける。
4. 多めの油で揚げ焼きにして出来上がり！

ぶどうとデーツのクリームチーズ包み

材料＜8切れ分＞

ぶどう	2個
クリームチーズ	小さじ6
デーツ	4個
キャンディードピーカンナッツ	適量



作り方

1. ぶどうは洗って水気を切り、小さじ1くらいのクリームチーズで包む。
2. 半分に切ったデーツを4枚貼り付け、小さじ2のクリームチーズで全体を包む。
3. 上記を細かく砕いたピーカンナッツの上に転がし全体にナッツをまぶしラップで包んでからしばらく冷蔵庫で（最低5分）なじませる。
4. 4等分に切ってサーブ！

☆ポイント☆ クリームチーズで包むときに多少デーツが見えても大丈夫！