

パーティーにぴったりの華やかメニュー

カレーピラフツリー

材料 (大人2人、子ども1人分)

ピラフ

米……………2合
玉ネギ……………½個
〔カレー粉……………大さじ1
★塩……………小さじ¼
コンソメ……………小さじ1
バター……………10g

ホワイトソース

バター……………20g
小麦粉……………大さじ3
牛乳……………1½カップ
塩……………小さじ1
こしょう……………少々

ブロッコリー、ニンジン、ウインナー、
プロセスチーズ、うずらのゆで卵、ミニトマト ……各適量



★ は子どものお手伝いポイントです。

作り方

1 ピラフを作る。炊飯器にといだ米を入れ、普通の水加減にする。そこに★Aを順に入れて軽く混ぜ、その上にみじん切りにした玉ネギを載せて炊く。炊き上がったらバターを加えて混ぜ合わせ、★直径3～4cmのボール状に握る。

2 ホワイトソースを作る。なべにバターを入れて弱火で溶かし、小麦粉を加えて2～3分いためる。牛乳を一気に加え、絶えず木べらでかき混ぜながら中火で煮る。滑らかなとろみが付いたら、塩、こしょうで味を調える。

3 ブロッコリーは小房に分け、★ニンジンは型抜きし、ウインナーは飾り切りしてそれぞれゆでる。プロセスチーズも薄切りして★型抜きし、うずらのゆで卵は横半分に切る。★ミニトマトは洗ってへたを取る。

4 大きめの皿に★1をツリー状に盛る。上から★2をかけ、★3を飾る。

Close up!

ツリーの最下段は円形にピラフを並べ、真ん中を埋めるようにさらに数個置く。その上に納まりがよいようにピラフを重ねていく。ホワイトソースはスプーンなどを使って、全体のバランスを見ながらかけていく。ソースを接着剤代わりにして野菜を飾り付けて。



VOL.9



親子で一緒にデコレーションするのが楽しい! 雪に見立てたホワイトソースが、野菜が苦手な子にも食べやすい味に仕立ててくれます。

※レシピを「おやこCAN」ホームページでも紹介しています。
<http://oyakocan.jp/>

案・料理・スタイリング／中村陽子 撮影／田口周平