

5.猪・鹿合びき肉のホクホク ミートパイ

平成24年度 調理講習会(2012.10.12)

作成 : 学校法人糸菊学園 名古屋調理師専門学校 専任教授

材料名	数量
猪・猪合びき肉	120g
たまねぎ	1/2個
ピーマン	2個
なす	1本
じゃがいも	1/2個
にんにく	1片
塩、コショウ	適量
ナツメグ	少々
トマトケチャップ	大さじ1.5
ソース	大さじ1.5
醤油	大さじ1
白ワイン	100ml
パイシート	10枚
(10cm × 7cm)	
卵	1個
パセリ	



作り方
①たまねぎ、ピーマンはみじん切りにする。 なすは賽の目に切り、じゃがいもは1cm角に切り 柔らかくなるまで茹でて、ざるに上げておく。
②たまねぎを炒め、にんにく、ひき肉、ピーマン、なすを 入れよく炒めたら、じゃがいもを入れる。
③白ワイン、ソース、ケチャップ、醤油、塩、コショウ、 ナツメグを加え、軽く炒めたら蓋をして10分程 煮込む。
④パイシート(厚さ3mm×横10cm×縦7cm)に③を のせ上からもう1枚パイシートをのせて周りを合わ せる。パイの表面に卵黄を塗り、切り込みを入れる。
⑤200℃～220℃で15分～20分程焼く。 (焼き色を見ながら焼く。)
⑥パイを斜めに半分カットし紙で包む。

6.猪肉と地元野菜の炒め レタス包み

平成24年度 調理講習会(2012.10.12)

作成 : 学校法人糸菊学園 名古屋調理師専門学校 専任教授

材料名	数量
猪ひき肉	100g
干しいたけ	2枚
セロリ	1本
松の実	10g
たまねぎ	1/2個
しょうが	少々
ヤングコーン	1p/c
ピーマン	2個
なす	1個
レタス	1玉
ビーフン	適量
<肉下味>	
塩、コショウ	
全卵	1/2個
酒	小さじ1
片栗粉	適量
<味付け>	
塩、コショウ	
砂糖	小さじ1
醤油	小さじ1
オイスターソース	小さじ1
中華スープ	大さじ1
ごま油	適量



作り方
①猪ひき肉に塩、コショウ、酒、全卵、ごま油、片栗粉で 下味をつける。
②野菜はそれぞれサイコロ状に切り、しょうがはみじん 切り、松の実はボイルし、フライパンで煎る。
③ビーフンは油で揚げておき、レタスは手の平サイズ にカットしておく。
④鍋を温め、①を入れ表面にしっかりと焼き色を付け 反対の面も同様に焼く。焼き色が付いたら肉をほぐ していき、カットした野菜を入れて炒める。
⑤塩、コショウ、酒、砂糖、醤油、オイスターソース、 スープで味をつけ、仕上げにごま油を入れる。
⑥皿に揚げたビーフンをのせて、⑤を盛り付ける。 別皿にレタスを添えて提供する。