

愛情料理を

一段と美味しくするには・・・

日々忙しい生活の中、「気がついたらもう夕食の時間だわ」なんてことはありませんか？とりあえず食材はあるから、子どもたちなど家族からのブーイングを避ける前になんとか準備せねばと、焦って料理を作ることがありますね。でも、一生懸命作れば、お母さんの愛情を理解してもらえます。とはいえ、レパートリーに限りがあり、いつも同じものばかりが食卓に並んでしまうことに、悩んでいませんか？実は、プチボワスタッフが一番この状況にあるかもしれません。そこで、いかに気分を変えて、美味しく料理を味わうかを考えてみました。答えは、以外に簡単。お皿に載せる料理の彩をよくし、盛り方を変えればいいのです。これで、同じ料理でも翌週には、違う料理を食べている気分になりますね。子どもたちだけでなく、ご主人からもお褒めの言葉が来ること間違いなしです。

例えば、タラのムニエルの横に、インゲン豆やトマトを乗せるいつもの盛り付けから脱出して、インゲン豆の上にタラを乗せ、ミニトマトでアクセントをつけてみると、一段と美味しそうに見えませんか？

さらにちょっと手をかけて、黄色いピーマンのピューレをソースにして、その上にタラを乗せ、レタスとトマトを加えるだ



けでも、レストランで一皿に近づきますね。ピーマンのピューレは、種を取ったピーマンをゆでて、柔らかくなったら塩・コショウを加えてミキサーにかけるだけです。鶏のブイヨンを少し加えてとろみが付くまで煮込んだら、さらに美味しいソースになります。



ご主人のお酒のつまみや子どものお弁当に、餃子を作る機会もあると思います。いつものようにフライパンで焼いて、水を少しかけて蒸し煮にすると、あっという間に焼き餃子の出来上がりです。これでも十分美味しいのですが、たまにはサラダ感覚で餃子を食べてみてはいかがでしょうか。ルッコラの上に焼き餃子を乗せて、餃子のタレをドレッシングのようにかけて召し上がってください。

また、揚げ餃子にして、レタス、トマトとともにお皿に盛ると彩のいいサラダの出来上がりです。こちらも餃子のタレをかけて食べると、野菜が一杯体に入って、内側からお肌ツルツル間違いなしですね。



盛り付けの食器を変えても、変化が出て、レストラン気分を味わいながら、食卓に花を咲かせることができますね。皆さんも、日頃の愛情料理をさらに生かして、家族に楽しんでもらってください。