

ビタミンCが豊富なオレンジ。新年のおもてなしにオレンジづくしのフルコースはいかが？

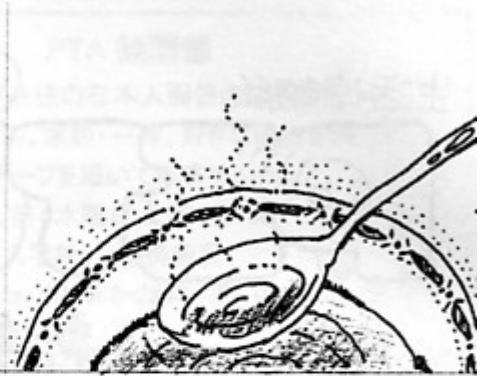
— 各4人分 —

キャロット&トマト・スープオレンジ風味

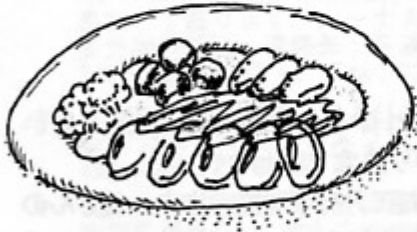
- ・材料・
- トマトの水煮缶.....1 缶
 - 玉ねぎ.....1 個
 - オレンジ.....1/2 個
 - にんじん.....2 本
 - 固形ブイヨン.....1 ケ
 - バター.....大1
 - 塩・コショウ.....適量

・作り方・

- 1.玉ねぎ、にんじんを細かく切る。オレンジは皮をおろす。
- 2.なべにバターを溶かし、野菜を入れ5-10分弱火で炒める。
- 3.スープを加える。
- 4.トマトの水煮缶、オレンジの皮、塩・コショウを加え30分間弱火で煮込む。
- 5.火からおろし、ミキサーにかける。
- 6.スープをなべにもどし温める。



鴨のソテーハチミツ風味オレンジソース

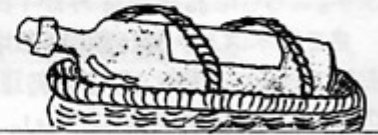


・材料・

- 鴨肉.....2 枚
- 赤ワイン、バター、サラダ油...各 大 2
- オレンジジュース.....1/2 C
- 塩・コショウ.....各 少々
- パセリみじん切り.....適量
- はちみつ.....適量
- 付け合わせ
- にんじん.....適量
- かぶ.....適量
- ブイヨン.....適量
- 砂糖、バター.....各 大 1
- 塩.....少々

・作り方・

- 1.付け合せの野菜を調味料で水分がなくなるまで煮詰める。
- 2.塩・コショウした鴨肉をサラダ油、バターを入れたフライパンで油をかけながら焼く。
- 3.鴨肉を取りだしたフライパンにワイン、オレンジ果汁を入れバター、塩、コショウ、はちみつで味を調えソースを仕上げる。
- 4.仕上げにパセリのみじん切りをふる。



オレンジ・ババロア

- ・材料・
- 牛乳.....250cc
 - 生クリーム.....250cc
 - 砂糖.....60g
 - 卵黄.....3 個分
 - ゼラチン.....10g
 - レモン汁.....1/2 個分
 - みかんの缶詰.....1 缶
(175gくらい)

・作り方・

- 1.ゼラチンを少量の水でふやかす。
- 2.みかんの汁気をきり、フォークでかくつぶす。
- 3.牛乳を人肌に暖め、ゼラチンを入れる。
- 4.卵黄に3の牛乳、砂糖を入れよく混ぜ、冷蔵庫でとろとなるまで冷やす。
- 5.生クリームを8分立てに泡立てる。
- 6.4.の材料に泡立てた生クリーム、みかん、レモン汁を入れ手早く混ぜる。
- 7.好みの器に流し込み、冷蔵庫で冷やす。

♪♪♪

- *パウダー状のゼラチンは、水でふやかす必要はありません。そのまま暖めた牛乳の中へ入れます。
- *ゼラチンで固めたデザートは、長く冷やすと固くなります。前もって作るときは、コアントローやグランマルニエなど洋酒を小さじ1杯入れておきます。香りがよくなり、また固くなるのも防ぎます。

