

阿蘇の紅 レシピ①

★ 阿蘇の紅を使った酢鶏ソース



熊本校舎学食でも期間限定で採用されたレシピです！



【材料】(4人分)

チキンブイヨン	280cc
醤油(濃口:薄口 1:1)	70cc
酢	70cc
阿蘇の紅	20cc
砂糖	50g
片栗粉(水溶き)	少々

【事前に準備しておくもの】

- ※唐揚げ
- ※野菜炒め

【下準備】(具材を作っておく)

※唐揚げ …鶏肉を事前に酒、生姜、薄口しょうゆのたれに漬けておき、下味をつける。
下味をつけた鶏肉に卵・片栗粉をまぶして揚げる。

※野菜炒め …玉ねぎ、ピーマン、きくらげなどお好みの野菜をサラダ油で炒める。

- ① 鶏ガラの素でチキンブイヨンを作る。



- ② チキンブイヨンに醤油、酢、阿蘇の紅、砂糖を加えひと煮たちさせ、水溶き片栗粉を入れとろみが付いたら酢鶏タレの完成。
※沸騰させすぎると、酢と阿蘇の紅の風味が飛んでしまうのでご注意！

- ③ ②の酢鶏タレに、唐揚げと野菜炒めをからめる。



完成！



Let's try!!

阿蘇の紅 レシピ②

★ 阿蘇の紅を使ったビネグレット(フレンチ)ドレッシング



【材料】(4人分)

酢	25cc
オリーブオイル	50cc
阿蘇の紅	8cc
玉ねぎ	10g
パセリ	少々
塩	少々
こしょう	少々

- ① 玉ねぎはみじん切りにし、塩を少々加えよく揉み水でさらし、よく絞る。パセリはみじん切りにし、玉ねぎと合わせる。



- ② ①に酢、オリーブオイルを加えよく混ぜる。



- ③ ②に阿蘇の紅を加えよく混ぜる。



- ④ 塩、こしょうで味を整えて完成。



お好みのサラダにかけて



！ポイント

ビネグレットドレッシングを予めサラダにかけてしまうと水っぽくなってしまう為、食べる直前にかけると美味しく頂けます。

お召し上がりください♪