

県産ワインに合う新たな郷土料理  
(学校法人服部学園 服部栄養専門学校 服部幸應理事長 校長提供レシピ)

鮑の雑炊風リゾット

<1人前>

<材料>

ご飯 100g  
昆布出汁 150ml  
あわび煮貝 30g  
ハルミジャーノチーズ 12g

万能葱 小匙1

バジルペースト 小匙2  
バジリコ 20g  
にんにく 小匙1  
塩 小匙1/2  
EXVオリーブオイル 100ml

<作り方>

1. 前日に水に浸けた昆布出汁で、1カップの米に1カップの昆布出汁の割でご飯を炊く。
2. 炊いたご飯を鍋に入れて昆布出汁を加え沸かし、少量の塩を加えて、すりおろしたパルミジャーノを加えて調味する。  
角切りにしたあわびを加え混ぜる。
3. あらかじめミキサーでバジルペーストを混ぜ合わせておく。
4. 器に盛り、バジルペーストをかけて、万能葱を飾る。



# 県産ワインに合う新たな郷土料理

(学校法人服部学園 服部栄養専門学校 服部幸應理事長 校長提供レシピ)

## 鶏 の 葡 萄 煮

<2人前>

<材料>

鶏骨付き腿肉	2本
塩、胡椒	適量
小麦粉	適量
オリーブオイル	適量

にんにく	1片
小玉葱	8個
レーズン	60g
白ワイン	200ml
チキンブイヨン	200ml
生クリーム	20ml
イタリアンパセリ	少々

<作り方>

1. 鶏は骨付きを少し開き、三等分にカットし、塩、胡椒をして、小麦粉を多めにつける。
2. 小玉葱は皮を剥いて、下茹でをしておく。
3. 鍋にオリーブオイルを入れて鶏を軽く色が付く位にまわりを焼き、にんにくのみじん切りを加え炒めて、レーズン、小玉葱を加える。  
白ワイン、チキンブイヨンを加えて沸かし、蓋をして弱火で煮込む。
4. 仕上げに塩、胡椒、生クリームで調味する。



県産ワインに合う新たな郷土料理  
 (学校法人服部学園 服部栄養専門学校 服部幸應理事長・校長提供レシピ)

やはた芋のグラタン

< 4人前 >

< 材料 >

やはた芋	200 g
にんにく	少量
バター	少量
牛乳	100m l
生クリーム	100m l
卵	1/2個
塩	小匙1/2
胡椒	少々
ナツメグ	少々
グリュイエールチーズ	30 g

< 作り方 >

1. やはた芋は皮を剥き、縦半分に切り、4mm厚さ位に切る。
2. グラタン皿ににんにくの切り口をなすりつけてバターを薄く塗る。
3. 牛乳、生クリーム以下の材料を混ぜ合わせておく。
4. 器に芋を並べて を流し入れて、卸したチーズをかけて200 のオーブンで25分焼く。

りんごに漬けた豚肉の軽い燻製のグリル

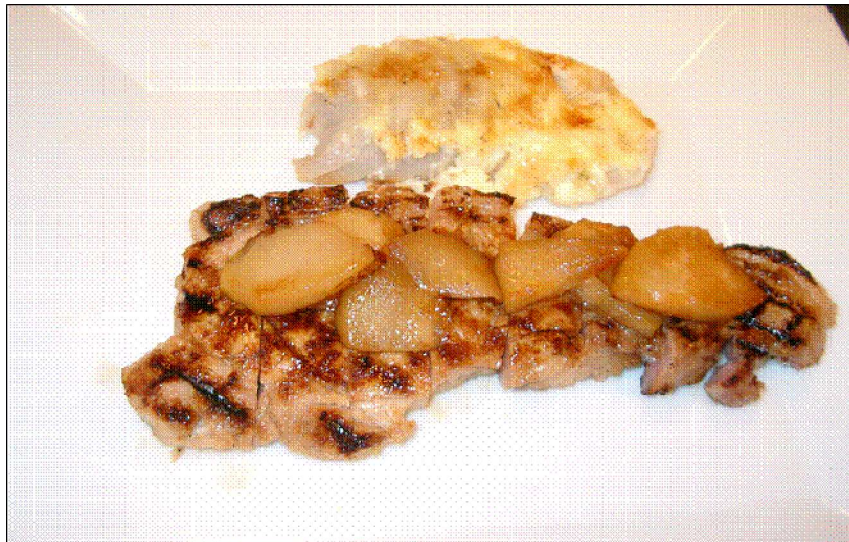
< 4人前 >

< 材料 >

豚ロース肉	4枚
塩、胡椒	
つがるりんご	2個
はちみつ	60 g
レモン汁	小匙1
りんご	2個
バター	10 g
グラニュー糖	10 g
白甲州ワイン	50m l

< 作り方 >

1. りんごを擦り卸し、はちみつとレモン汁を加えて鍋に入れて少し水分を飛ばして煮詰めて冷ます。
2. 豚肉の筋切りをして塩、胡椒する。肉をりんごに3時間以上漬ける。
3. 水気を拭き取り、3分燻製にする。グリヤードで両面網焼きにする。
4. りんごは皮を剥いて櫛形に切り、鍋でバターで炒め、グラニュー糖、白の甲州ワインを加えて落とし紙で蓋をして汁気が無くなるまで煮て、蓋を取って空炒りをして、上に乗せる付け合せにする。





# 県産ワインに合う新たな郷土料理

(学校法人服部学園 服部栄養専門学校 服部幸應理事長 校長提供レシピ)

## 洋風のほうとうトマト風味

<6人前>

<材料>

オリーブオイル	30m l
豚三枚肉	100 g
長葱	1 1/3本
小玉葱	3個
姫人参	2本
プチトマト	12個
絹さや	12枚
エリンギ	20 g
舞茸	20 g
しめじ	20 g
チキンブイヨン	700m l
出汁	300m l
トマトピューレ	30 g
ほうとう	200 g
塩、胡椒	少々

<作り方>

1. 豚肉は5cm幅のスライス。長葱は斜め小口切り。小玉葱は輪切り。姫人参は斜めスライス。絹さやは斜め4等分。プチトマトは半割り。エリンギはスライス。舞茸、しめじはほぐす。
2. 鍋にオリーブオイルを熱し、豚肉、野菜、茸類を炒めブイヨンと出汁とトマトピューレを加え煮る。
3. アクを取り、味が出たら塩、胡椒で調味をして、茹でたほうとうを加える。

チキンブイヨンと出汁の代用は水1ℓにクノールチキンコンソメ3個とほんだし小匙 1で代用。



県産ワインに合う新たな郷土料理  
(学校法人服部学園 服部栄養専門学校 服部幸應理事長 校長提供レシピ)

ピオーネの皮ごとフリッター

<6人前>

<材料>

ピオーネ	18粒
小麦粉	少々
小麦粉	60g
水	70ml
卵黄	1個
卵白	1個
マスカルポーネ	50g
はちみつ	15g
信州味噌	2g
スゴイ大豆(豆乳)	30g
切り胡麻白	5g
黒蜜	適量

<作り方>

1. ピオーネは皮付きのまま小麦粉を付ける。
2. ボールに卵白を泡立てる。  
別のボールに小麦粉、水卵黄を加え混ぜて、泡立てた卵白を混ぜて衣を作る。
3. 小麦粉をつけたピオーネに衣を付けて揚げる。
4. マスカルポーネを柔らかくしてはちみつと味噌を加え混ぜて豆乳で伸ばし、切り胡麻を加えてソースを作る。
5. 器に盛り、4のソースと黒蜜をかける。

