



Katsurou kitchen

7月20日(土)に第3回目のレストランを行いました。たくさんのお客様に御来店いただき、ありがとうございました。

今回はワンプレートランチを提供しました。レストランのメニューは西洋料理の授業で習った内容を活かした献立にしていることが多いですが、今回は一から考え、夏にピッタリのメニューにしました。



豚肉の塩ダレ炒め

暑い夏にピッタリな豚肉の炒め物は、レモン汁と大根おろしを加えた塩ダレでサッパリと食べられるように仕上げました。

ご飯は黒米を15%ほど白米に加え炊いています。古代米のもち米である黒米には、アントシアニンの色素が含まれているため紫色になります。抗酸化作用があることでも知られています。白米よりもビタミンや食物繊維が豊富です。

付け合わせ

<カポナータ>

玉ねぎ、ズッキーニ、ナス、パプリカをトマトソースで煮込んだイタリア料理です。コンキリエという貝殻パスタも入っています。オレガノ、バジルで香り付けし、赤ワインビネガーとバルサミコ酢で酸味を付け、冷やして提供しました。

<みょうがとオクラのピクルス>

レモン酢にハーブ（マスターシード、オールスパイス、クローブ、ディルシードなど）を加え、一日漬け込みました。

<出汁巻き玉子>

甘じょっぱい関東風の出汁巻き玉子です。日本料理の授業で毎回特訓しています。

<サラダ&野菜とベーコンのバターソテー>

<海老とわかめの春雨スープ>

シャーベット

レモンとハチミツのシャーベット、パイナップルとバナナのシャーベットの2種類の味をお楽しみいただきました。フレッシュで酸味のある果物を使い、食後にピッタリのサッパリとしたデザートに仕上げました。

