

食 材 (2人分)	A・紅鮭切り身（刺身用が楽）2切れ（160g） ・カマンベールチーズ 1/6カット2切れ ・青じそ2枚 ・塩 少々 B・スパゲッティ 100g ・大根 5～8cmの輪切り ・アスパラガス 4本 ・醤油 大匙2 ・レタス 4～6枚 ・みょうが 2つ ・バター大匙1 C・卵 2個 D・グレープフルーツ（ルビー）1/8カット2切れ ・ピンクグレープフルーツジュース 200～400cc ・グレープフルーツジュース 150cc ・寒天 2g
調理方法 調理時間 (約90～120分)	A 鮭のとりチーズ包み ①（焼き魚用の場合は皮と骨をとって）鮭の身を包丁でたたき、塩少々を振り、ハンバーグの種状にする。 ②ラップに青紫蘇を敷き、上に①の鮭を広げる。 ③皮をとったチーズを中央に乗せ鮭で包み込む。 ④蒸気の上がっている蒸し器で10分蒸しあげる B 和風パスタ ①アスパラは塩少々を加えたお湯で5分程度ゆでる。大根は薄い短冊切り、レタスは一口大にちぎり、みょうがは斜めに薄く切る。大根に軽く塩を振ってしんなりさせる ②パスタをゆでる。沸騰させたお湯に塩少々を加え、袋に記載された時間通りにパスタをゆでる。茹で上がったらずくにバターと醤油を絡める。 ③①の野菜を水を切ってパスタに混ぜる。 C 温泉卵 ①冷蔵庫から出した卵をキッチンペーパーで包む。お湯を沸騰させて、火からおろしたところに卵を入れて15分間置いておく。 ②15分後、冷たい氷水の中にいれて冷ます。 D グレープフルーツゼリー グレープフルーツジュースは小鍋を火にかけ寒天小さじ1/4を煮溶かした後、氷水で冷やしながらかき混ぜ続ける。ピンクグレープフルーツジュース200ccを同様にして残りの寒天を煮溶かし、冷蔵庫で固めてサイコロ状に切り分ける。ガラスの器にサイコロ状の寒天を入れ、残りのジュースと氷を注ぐ。上からトロツとしたグレープフルーツ寒天をのせ、最後にカットピンクグレープフルーツを飾る。 ◎盛り付け Bのパスタの上にAの鮭の包み蒸しと、Dの卵を載せる。