

あいちの小麦「きぬあかり」レシピコンテスト 応募レシピ

きぬあかりフースター特別賞

料理名 豆乳と味噌の和風キッシュ

材料と分量(2人分)

- ・きぬあかり 150g
- ・オリーブオイル 50g
- ・卵白 1個
- ・砂糖 10g
- ・卵黄 少々
- ・アボガド 1/2個
- ・卵 1個
- ・豆乳 大3
- ・本だし 小1
- ・味噌 大2
- ・長芋 5cm
- ・エリンギ 1本
- ・玉ねぎ 1/8個
- ・プチトマト 5個
- ・青じそ4枚

} 皮



調理方法

- ①皮の材料をざっくりと混ぜ、ラップに挟み、麺棒で薄く伸ばす。
- ②型より1回り大きく伸ばし、敷き込む、卵黄を水で薄め、ハケで全体を塗り、冷蔵庫で冷やしておく。
- ③アボガドはサイコロ状に切り、玉ねぎはみじん切りにし、長芋は短冊に切り、エリンギは小さく割く。
- ④味噌、本だし、卵、豆乳を混ぜる。
- ⑤皮に具を入れ、④を注ぐ。
- ⑥220℃のオーブンで焼き目が付くまで焼く。その間に青じそとトマトを切る。
- ⑦青じそとトマトをのせ、再度焼く。
- ⑧食べやすい大きさに切ったら完成。

調理時間

50分

料理のポイント  
作品に対する思い入れなど

日本の小麦粉ということで、和風に仕上げた。  
愛知なので愛知の特産である味噌を使用した。  
時間を短縮するために、生地とフィリングを一緒に焼いた。

審査委員のコメント

日本料理も洋食も好き、その両方を取り込んだ料理。  
さらに愛知の味「赤味噌」を使ったところに面白さと工夫を感じた1品である。  
アボカドとの相性がよく楽しい味である。