


Takehiro Jet Cooking!!

このページでは私が見つけた料理をご紹介します！
 割かしおいしかったものをのせてまーす。
 写真をクリックすると大きい画像が開きます。
 拡大写真から戻るときはブラウザのBackボタンで！

[Go to TakeCafe Top!](#)
[Go to Cooking Top!](#)

料理名	写真	レシピ	作り方	感想・メモ
ブッシュ・ド・ノエル		<()> 忘れました	<()> 忘れました	X'masに作りました。料理担当ではない私はお手伝いに徹していましたのでレシピ・作り方はおぼえてないの…。とっても雰囲気できていて、おいしくいただきました！
ガトーショコラ		<()> 忘れました	<()> 忘れました	↑と同様にお手伝い担当でした。硬さもちょうどよく、おいしくできやした。結構きれいにケーキついでできるもんだなと感心してました。
キーマカレー		・ご飯 ・ひき肉 ・カレー粉 ・しめじ ・スパイス クローブ、ローレル、クミン ・コリアンダー、ターメリック、カラムマサ ・塩コショウ ・にんにく ・チョコレート ・コンソメ ・オリーブオイル ・オイスターソース		ご飯はバターライスにしました。コクがありおいしかったのですが、あとで若干むつこかったです。もう少しさっぱりするなど改良の余地あり。とろみが結構あったのもう少し水っぽくしても良いかも。
オムライス		・ごはん(1合) ・鶏肉(むね、100g) ・卵(2個) ・きのこ(1/3パック) ・にんにく(半かけ) ・鶏がらスープ(適量) ・塩コショウ(適量) ・ケチャップ(適量) ・オリーブオイル(適量)	① フライパンにオリーブオイルをいれ、にんにくで香りをつける。 ② 鶏肉、キノコ(1cm以下のぶつ切りに!)をいためる。 ③ ②に火が通ったらご飯を加えて炒め、ケチャップを混ぜる。 ④ ライスを炒めたら形をととのえて皿に盛る。 ⑤ 卵を熱したフライパンに入れ、中が半熟なオムレツを作る。 ⑥ オムレツをライスに乗せ(写真上)、真ん中を割る！ ⑦ 半熟卵ができていたら完成!!(写真下)	写真(上)はオムレツを割る前、写真(下)はオムレツを割ったあとです。なかなかキレイにできてません？ 今回はキノコにはしめじを使い、鶏肉とキノコは半分ご飯といっしょにたきこみました。このときは鶏がらスープを炊くときに入れましたが、炊き上がりは「コレだけでも食える。」と思いました。しょうゆ等を加えればたぶん炊き込み御飯になります。
かにたま丼		・ごはん(1合) ・かに缶(1缶) ・いりごだし(3/4小袋) ・卵(2個) ・ねぎ(1本) ・ごま油(適量) ・しょうゆ(大さじ2) ・三つ葉	① おぎを千切りしてごま油につける。 ② 水大さじ2にだしを溶かし、かに缶の汁を混ぜる。 ③ ②に卵を混ぜ、かきの身も混ぜる。 ④ ご飯にねぎを敷いておく。 ⑤ ③を熱したフライパンに入れ、少し汁が残るくらいの半熟くらいにする。 ⑥ ⑤を④に乗せる。 ⑦ フライパンでごま油を熱し、しょうゆを入れ少しこがす(はぜるので注意) ⑧ ⑦をすぐに⑥に乗せ、三つ葉に乗せ完成!	これはマジでうまい！蟹玉自体はさっぱりしてるけど、香ばしい醤油とごま油がアクセントになります。ネギのシャキシャキ感もよらしい。かに缶は実家に来たお歳暮とかからGetすべし!!
ミートソーススパゲティ		・スパゲティ(一人分) ・ひき肉(100g) ・きのこ(1/3パック) ・オリーブオイル(適量) ・トマト(1個) ・にんにく(1かけ) ・ローレル(1枚) ・コンソメ(1個) ・バジル	① にんにくをつぶし、熱したオイルにて香りをつける。 ② ①でひき肉・キノコを炒める。 ③ トマトを少し煮て取り出し、皮を剥き、ぶつ切りにする。 ④ ③とローリエ、砕いたコンソメを②に入れて煮こむ。 ⑤ パスタをゆで、アルデンテにし、ボールに取り出しオイルを合える。 ⑥ ⑤を皿に盛り、③をかけ、バジルをふりかけ完成!	なかなかおいしかったです。意外と簡単にミートソースができます。ただし中野我流ですが…。パスタはゆでたあと乾燥させないのがみそでし!
明太子パスタ		・スパゲティ(二人分) ・明太子(一腹) ・バター(30g) ・岩のり(適宜) ・まいたけ(適宜) ・醤油(適宜) ・塩	① 鍋に水を張り、沸騰したら塩を入れ、パスタを入れる。強火で湯でる。 ② パスタをゆでている間に③、④をおこなう。 ③ 明太子の中身を出し、室温に戻したバターと合える。 ④ まいたけを炒める。 ⑤ パスタがアルデンテにゆだったら、④に②、③を入れ手早く混ぜ合わせる。 ⑥ 醤油で味を調整し、皿に盛る。 ⑦ 岩のりを乗せて出来上がり!	とにかく簡単・おいしい！明太子の値段が少し張るが、お土産等を使うのも手です。もちたらこでも作れるヨ!

Takehiro Jet Cooking!!

このページでは私がつくった料理をご紹介します！



割かしおいしかったものをのせてまーす。

写真をクリックすると大きい画像が開きます。

拡大写真から戻るときはブラウザのBackボタンで！

[Go to TakeCafe Top!](#)

[Go to Cooking Top!](#)

料理名	写真	レシピ	作り方	感想・メモ
海鮮丼		<ul style="list-style-type: none"> ・はまち(数切れ) ・カツオたたき(数切れ) ・ネギトロ(適宜) ・たまご(1個) ・ネギ(適宜) ・醤油(適宜) ・しょうが(適宜) ・コマ(適宜) ・ごま油(適宜) 	<ol style="list-style-type: none"> ①すきな刺身を買ってくる。 ②おわんにネギトロ以外の刺身がち込み醤油で漬ける。 ③匂い消して生姜もどろぞ。 ④数十分漬けたら、ご飯に配置。ごま油とごまとネギをかける。 ④たまごを溶いて喰うべし！ 	<p>ほんとに簡単。 ごま油の香りも良いし、好きなお刺身を並べるべし。</p> <p>2004.06.27 UP DATE</p>
麻婆豆腐		<ul style="list-style-type: none"> ・絹ごし豆腐(1丁) ・ひき肉(150g) ・にんにく(2かけ) ・しょうが(1かけ) ・花椒(適宜) ・醤油(大さじ1) ・鶏がらスープのもと(中さじ1) ・ねぎ(適宜) ・オイスターソース(中さじ1) ・豆板醤(大さじ1) ・甜面醤(大さじ1) ・芝麻醤(大さじ1) ・コマ油 ・片栗粉 	<ol style="list-style-type: none"> ①にんにく、生姜をすりおろす。花椒を炒め粉にしておく。 ②中華鍋にごま油をひき、にんにく、生姜をいため、醬類を香り立つまで炒める。 ③ひき肉、ねぎの2/3をいれ即効でいためる。花椒を少し入れる。 ④鶏がらスープのもとを200ccくらいの水で溶かし入れる。 ⑤醤油を鍋肌から投入。オイスターソースを少々入れる。 ⑥ひと煮立ちしたら豆腐を投入。煮すぎない程度で水溶き片栗粉を投入しゆっくり混ぜる。 ⑦皿にもり花椒と残りのネギをかけて完成。 	<p>学生時代から作っているワタシの代表料理。</p> <p>毎回画策してるので味がちよつとづつ変わってます。花椒や芝麻醬はけっこう趣味が入ってます。</p> <p>マルミヤにお世話にならなくても十分いけます。</p> <p>2004.06.27 UP DATE</p>
親子丼		<ul style="list-style-type: none"> ・とりね肉(150g) ・たまご(2個) ・しめじ(半パック) ・しょうが(適宜) ・だし(大さじ1) ・醤油(大さじ1) ・みつば(適宜) 	<ol style="list-style-type: none"> ①だし汁をつくり、小さいフライパンに1cm弱くらい入れる。 ②ネギの白い部分、しめじ、鶏肉をいれ煮る。お醤油をまわしいれる。 ③鶏肉が煮えたら、ネギの青いところをいれ、少し煮る。 ④とき卵を回し入れ、あまりかき混ぜないようにする。 ⑤たまごが半熱になったら、ご飯に盛り、みつばを散らして完成！ 	<p>これもポピュラーな料理。</p> <p>いつも醤油の入れすぎで黒くなりビジュアルがイマイチになる。かといって少ないとダシの味のみになります。いろいろ薄いお醤油がおすすです。</p> <p>できるだけ小さいフライパンで作るとうまくできます。</p> <p>2004.06.27 UP DATE</p>
ペペロンチーノ		<ul style="list-style-type: none"> ・ペーコン ・しめじ(半パック) ・マイタケ(半パック) ・パスタ ・オリーブオイル(大さじ1) ・しお(適宜) ・塩コショウ(適宜) ・タカノツメ ・バジル 	<ol style="list-style-type: none"> ①パスタをアルデンテにゆでる。ゆでる前にお湯に1%塩をいれておく。 ②パスタをゆでている間に具を作る。まずにんにく、タカノツメをオリーブオイルでゆっくり炒め揚げる。 ③にんにくがキツネ色になったら、にんにくとタカノツメを取り出し、ペーコンをゆっくり炒める。 ④ペーコンの水分が飛んだら、キノコ類を炒める。 ⑤アルデンテなパスタと具とにんにく、タカノツメを手早くまぜあわせる。 ⑥バジルをふって完成！ 	<p>簡単なパスタです。</p> <p>具を変えればなんでもできます。パスタは7～10分で茹で上がるので、その間にうまく具をつくるのがポイント。</p> <p>2004.06.27 UP DATE</p>
チキンカレー		<p>【材料】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉(チューリップ5、6本) ・たまねぎ(大1個 or 小2個) ・トマト(2個) ・にんにく(1かけ) ・しょうが(親指大) ・ヨーグルト(無糖200cc) ・ココナツミルク(200cc) ・塩 ・サラダオイル <p>【スパイス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クミン(パウダーとホール) ・コリアンダー(パウダー) ・チリ(パウダー) ・ターメリック(パウダー) ・カルダモン(パウダー) ・クローブ(ホール) ・黒コショウ(ホール) ・シナモン(ホール) ・ペイラープス(月桂樹:ホール) 	<ol style="list-style-type: none"> ①チューリップにターメリック・塩をまぶし、もんでなじませる。なじんだら、ヨーグルトに漬けて放置。 ②鍋に数ミリたまぐらいに油をひき、黒コショウ5、6粒、クミン大さじ1、ペイラープス1枚、シナモン1本をくだいたものを入れる。ちりちりと音がするくらいまで香りを移す。 ③みじん切りにしたたまねぎを鍋にいれ、炒める。始めは強火で、しなっとなつたら弱火でじっくりあめ色になるまで炒める。 ④鍋ににんにくと生姜をいれ、香りが立つまで炒める。 ⑤トマトを軽くゆでるか、火にかけ、皮をむく。そのあと細かく切っておく。 ⑥鍋に⑤のトマトを投入。水分がなくなり、油が見えるようになるまで火をとす。トマトの酸味が消え、甘味がでるまでがんばる。 ⑦クミン、コリアンダー、チリ、ターメリックのパウダーを各大さじ1、塩大さじ1、カルダモン、黒コショウ(パウダー)各小さじ1を投入。香りが立つまで炒める。 ⑧下ごしらえした①とココナツミルクをいれ、煮込めば完成！！ 	<p>皆さまに好評いただいています。ありがとうございます。</p> <p>ルーを使わず、スパイスから作りますが、けっこう簡単でしょ？たまねぎ切るのと炒めるのに時間がかかるくらいですかね。炒めるのに1時間くらいか。</p> <p>パウダーのスパイス配分は左の量からお好みで調整してちょ。こいつらを鍋にいれると、ゲル状だったものが一気に固体になってビビりますが大丈夫。</p> <p>ココナツミルクを入れるとありますが、水でもOK。最近はそのちのほうがいいかも思ってます。</p> <p>味が薄いと思ったら、塩をたしてね♪</p> <p>2004.06.30 UP DATE</p>

[Go to TakeCafe Top!](#)