

## 秋鮭とズイキ芋のキッシュ

材料 (21cm タルト型 1 台分)

- ・ 秋鮭…100g
- ・ ズイキ芋…170g
- ・ タマネギ…50g
- ・ 小松菜…30g
- ・ グリエールチーズ又はミックスチーズ…90g
- ・ サラダオイル…少々
- ・ 塩…少々



### ◇アパレイユ

- ・ 牛乳…100cc
- ・ 生クリーム…100cc
- ・ 全卵…1 ヶ
- ・ 卵黄…1 ヶ
- ・ 塩…2.5g
- ・ コショウ…少々
- ・ ナツメグ…少々

### ◇練りパイ生地

- ・ 小麦粉…100g
- ・ バター…50g
- ・ 水…約 40~50cc
- ・ 塩…少々

### 作り方

- ① パイ生地を作る。冷えているバターを小さく切り、小麦粉と合わせ、手でサラサラにする。
- ② ①に水を入れ合わせ、軽く練ってから冷蔵庫で少し休ませる。
- ③ 秋鮭は 1 日前に塩をふり焼き、焼き上がったらかぼくしておく。
- ④ ズイキ芋はふかし、1cm 角に切っておく。
- ⑤ タマネギは 5mm 角に切りさっと炒め、小松菜は茹でて 5mm幅に切っておく。
- ⑥ ②のパイ生地を麺棒でのばし、タルト型に敷きフォークで穴をあけ、冷凍庫で休ませしておく。
- ⑦ アパレイユはボールに全卵、卵黄、塩を入れホイッパーでかきまぜ、生クリームと牛乳を入れてナツメグ、コショウをいれる。
- ⑧ ⑥のタルト型に③④⑤を入れ、アパレイユを入れ、上にチーズをかけて 210℃のオーブンで約 30 分焼き上げる。

## 秋鮭のルイベ風サラダ

### 材料（4人前）

- ・ 鮭（薄切り）…12枚（前日冷凍にしておく）
- ・ エシャロット…1ヶ
- ・ レモン…1ヶ
- ・ サラダオイル…大さじ2杯
- ・ 塩・コショウ

### ◇サラダ用

- ・ サヤインゲン…50g
- ・ ニンジン…1/4本
- ・ セロリ…1/2本
- ・ トマト…1ヶ
- ・ ワインビネガー…小さじ1杯
- ・ オリーブオイル…大さじ1.5杯
- ・ パセリみじん切り…少々



### 作り方

- ① 鮭は薄切り、エシャロットはみじん切りにしておく。
- ② 天板に塩・コショウをして鮭を並べ、上から塩・コショウする。
- ③ ②にレモン汁を絞り、上からサラダオイルをかける。エシャロットのみじん切りをかける。
- ④ サヤインゲンはニンジンと共にマッチ棒状に切り、さっと塩ゆでして水気を切っておく。
- ⑤ セロリはマッチ棒状に切る。
- ⑥ トマトは湯むきをし、5cm角に切りボールに入れ、パセリのみじん切りを合わせ、ワインビネガー、オリーブオイル、塩、コショウで味付けする。
- ⑦ 皿に③を盛り付け、周りに⑥の半量をちらす。
- ⑧ ④⑤をボールに入れ、塩・コショウし⑥の残りを合わせる。
- ⑨ ⑦の皿の上に⑧をきれいにかざり、レモンのくし切りをかざる。