

青森シャモロックむね肉のチーズ博多 焼き白菜のみぞれ酢



材 料（3人分）

- ・青森シャモロックむね肉・・・90g
- ・梅干し・・・3個
- ・芽ねぎ・・・少々
- ・モッツアレラチーズ・・・150g
- ・クリームチーズ・・・50g
- ・白菜（大きめ）・・・3枚
- ・大根・・・80g
- ・松の実・・・少々

調 味 料

- ・ごま油・・・少々
- ・醤油・・・少々
- ・わさび・・・少々
- ・昆布茶・・・少々
- ・ポン酢・・・少々

作 り 方

1. むね肉は皮を剥いでよく洗い、うすく塩をまぶし、塩がまわったら強めの湯通しをする。
2. 大根を0.5mmくらいでスライスして、昆布茶の粉末で塩味をつける。
3. モッツアレラチーズ・つけ地・クリームチーズをミキサーにかけ、なじんだら水切りする。
4. 2の大根を押し枠にならべ、その上にスライスしてわさび醤油で洗ったむね肉をのせ、チーズ・むね肉・大根の順で押し一晩寝かせる。
5. 白菜は焼台で焼き、ミキサーにかけてからポン酢で好みの固さまでのばし、ごま油で香りをつける。
6. 梅干しは種を取り、塩分を少し残す程度に塩抜きして天ぷらにする。
7. 4を切り付けし、器に5を注いでから博多を乗せ、梅干しと芽ねぎと叩いた松の実を上に乗せる。