

🐟 第21回イチ押し！旬の魚料理コンクール鹿児島市長賞作品



鯛と季節野菜のパイ包み ～和風ソースを添えて～

●考案者…小濱 大貴さん（鹿児島県立鹿屋高校）

●使用のお魚…タイ

材料（2人分）

●タイ…200g ●A（ほうれん草…1/2束、パプリカ（黄）…1/3個、アスパラ…6本、プチトマト…4個） ●冷凍パイ生地…2枚 ●卵黄…1個 ●バター…20g ●スライスチーズ（溶けない）…2枚 ●マヨネーズ…小さじ2 ●B（バター…10g、にんにく醤油漬け…1/2片（みじん切り）、生クリーム…50cc、牛乳…大さじ1、麵つゆ（3倍濃縮）…小さじ1と1/2、ドライパセリ…2~4ふり、バジル葉…1~2枚）

🐟 作り方

- ①パイ生地を解凍する。
- ②Aを切る→タイは食べやすい大きさに、ほうれん草は、3~4cm幅、パプリカは1cmのさいの目アスパラは、下の部分は2cm幅に先の方は、そのまま切らずに5~6cm残しておく、トマトは半分に切る。
- ③解凍したパイ生地を麺棒で焼く15cmの正方形に伸ばし、冷蔵庫に入れておく。
- ④オーブンを200度で余熱開始する。
- ⑤フライパンにバター20gを溶かしアスパラ（下部分）を炒める。次にタイと残りのAをさっと炒め塩コショウで味を整え火からおろす。
- ⑥用意したパイ生地の中央部分にフォークで軽く穴をあけ5.の具を中央に並べ、チーズをのせ、マヨネーズを薄くかけ、パイ生地で包む。
- ⑦溶き卵をまんべんなく表面にぬり、予熱しておいたオーブンで18分焼く。
- ⑧ソース作り→小鍋にBのバターを溶かし、みじん切りにした、にんにくを炒める。香りがでたら生クリーム、牛乳、麵つゆを入れ、軽くふっとうしたら、パセリをふりかける。
- ⑨焼きあがったパイ生地を器に盛り、ソースをかけバジルの葉を飾る。