

婦人会（11月）料理教室

ドイツ家庭料理

ミートボールの煮込み____レモンとケイパーのソースかけ

Königsberger Klopse(ケニヒスベルガー・クローゼ)

<材料> 4人分

バター 大さじ1 1/4 玉葱 (みじん切り) 2/3 カップ 食パン 2枚 卵 2コ
生クリーム 大さじ2 1/2 ひき肉 450g (牛肉 250g 豚肉 200g) アンチョビ 3
枚 パセリ (みじん切り) 大さじ2 1/2 レモンの皮 (細かくおろす) 小さじ 2/3
黒こしょう (ひきたて) 小さじ 1/3

塩はいてひき

<ミートボールの作り方>

- 1 バターで玉葱をすきとおるまで炒める。
- 2 パンを小さくちぎって大きなボールに入れ、生クリームを加えてよく混ぜる。さらに玉葱、ひき肉、アンチョビ (水気をきってから冷水ですすぎ、あらくきざむ)、パセリ、卵、レモンの皮、塩、黒こしょうを加える。
- 3 材料がよく混ざり合うまで、両手で勢いよくこねる。
- 4 両手に冷水を少しつけながら、直径約5cmの大きなミートボールを8個作る。

<ゆで汁の材料>

水 10カップ 玉葱 中1個 クローブ (丸のまま) 1本
ローリエ 小1枚

玉葱は皮をむいてから、クローブ1本を突き刺す。

<ゆで汁の作り方>

- 5 厚手のスープ鍋に、ゆで汁の材料を入れ、強火で煮立たせる。煮立ったら、ふたをとり、10分間沸騰をつづける。
- 6 火を弱め、ミートボールを入れ、ふたをしないまま20分間、ミートボールが湯の表面に浮いてくるまで煮る。
- 7 暖めておいた器に、ミートボールを穴杓子で移し、空気にさらすと黒ずむので、アルミホイルでおおっておく。
- 8 ゆで汁は目の細かい裏ごし器でボールにこしておく。

<ソースの材料>

バター 大さじ5 小麦粉 大さじ5 レモン汁 大さじ3 3/4
サワークリーム 大さじ2 1/2 ケイパー (薬味草のつぼみ) 大さじ1 1/4
卵黄 2個分 ケイパーは、水気をきる。

<ソースの作り方>

- 9 厚手の鍋で、バターを中火で溶かす。泡がおさまったら、小麦粉を混ぜ込む。
さらに8) のゆで汁を3 3/4 カップ入れ、泡立て器で絶えずかき混ぜながら煮立たせる。ソースがトロリとしてなめらかになったら、火を弱め、レモン汁とケイパーを加えて、ふたをしないで、時々かき混ぜながら15分間煮る。
- 10 小さなボールに、卵黄を入れてフォークで強くかきまですてから、9)のソース1/3カップを混ぜ込む。これをかき混ぜながらまた9)の鍋にもどし、サワークリームを混ぜ込み、味をみてととのえる。
- 11 この中にミートボールを入れ、時々ソースをよくからませながらコトコト煮る。よく暖まったら、器に盛り付け、上からソースをかけて食卓にだす。

キャベツとパイナップルの蒸し煮

Kohl mit Ananas

<材料> 4人分 X 3

キャベツ 800g 玉葱 1個 ベーコン 100g 塩 小さじ1 1/2
砂糖 大さじ1 1/2 ワインヴィネガー 1/4カップ バター 40g
パイナップル 4枚 ブイヨン 3カップ 白ぶどう酒 大さじ 4
ローリエ 1枚

<作り方>

- 1 キャベツを3mmのせん切りにする。大きなボールにキャベツを入れ、ワインヴィネガーと砂糖と塩をふってからよく混ぜる。
- 2 厚手の鍋に、バターを溶かし、ベーコンとみじん切りの玉葱をいためる。
- 3 これにキャベツ、パイナップル、ローリエを加えて、よくまぜてから熱いブイヨン进行注ぐ。時々かき混ぜながら強火で煮立たせたら、火をできるだけ弱くする。
- 4 ふたをして、キャベツが柔らかくなるまで煮る。
- 5 食卓に出す直前にぶどう酒を混ぜ込む。

じゃがいものパンケーキ_____アップルソース添え

Kartoffelpuffer mit Apfelmus (カルトッフェルプファァー・ミット・アプフェルムース)

<材料> 約8個分

じゃがいも	中6個 (約900g)	塩	小さじ1 1/4	卵	2個
玉葱 (細かくすりおろす)	1/3 カップ	小麦粉	1/2 カップ		
ベーコンの脂、またはサラダ油		アップルソース			

4コ

<作り方>

- 1 じゃがいもの皮をむく。1個むくごとに、変色させないように冷水につけておく。
- 2 大きなボールの中に卵を入れ、強くかきまぜてから、玉葱を加えて小麦粉と塩を少しずつ混ぜ込む。
- 3 じゃがいもを1個ずつ水気をとってから、おろし金であらくすりおろし、2) に混ぜ込む。
- 4 オーブンをあらかじめ約120°Cに熱しておく。直径20~25cmの厚手のフライパンで、油大さじ10を熱し、じゃがいもの混ぜ物1/2カップを入れ、大きなへらで平らにして、直径約13cmのパンケーキの形にととのえる。中火で、両面をそれぞれ約2分間ずつ焼く。
- 5 パンケーキの両面がきつね色になり、まわりがカリカリになったら、暖めた天板か焼き皿に移し、オーブンに入れて暖めておく。
- 6 残りの生地も同様に焼き、アップル・ソースを添える。