



7月17日 1年生



## 冷やしとろろ蕎麦 パウンドケーキ

### 【冷やしとろろ蕎麦】

<材料・2人分>

◎そば 2人分 ◎青ねぎ 1本 ◎きざみのり 適量 ◎かつお節 適量 ◎天かす 大さじ2  
◎ウズラの卵 2個 ◎大葉 2枚 ◎長いも 10cm ◎だし汁 400cc ◎醤油 大さじ3  
◎みりん 大さじ3

<作り方>

- ① 鍋にだし汁、しょうゆ、みりんを入れ煮立て、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やし、つゆを作る。
- ② 鍋にたっぷりの湯を沸かしてそばをゆで、すぐに冷水にとって冷やしながらかみ洗いしてぬめりを取り、水気をきる。
- ③ 長芋は皮をむいて酢水につけ、すりおろす。
- ④ そばに、とろろをかけ、小口切りにしたねぎ、きざみのり、天かす、大葉、かつお節、ウズラの卵を飾り、つゆをかける。

### 【パウンドケーキ】

<材料・2人分>

◎砂糖 100g ◎バター 100g ◎薄力粉 50g ◎卵 3個  
◎7-モードプードル 50g まるラム酒 少々 ◎レモン汁 少々 ◎バニラオイル 少々

<作り方>

- ① 卵黄・卵白を分けておく。  
常温に戻したバターをよく練り、砂糖を50g加え、さらに空気を含ませるように練る。
- ② 卵黄を一つずつ入れ、さらに振った粉を入れる。別のボウルにメレンゲを作り、残りの砂糖を加える。
- ③ ①に②とラム酒、レモン汁、バニラオイルを加えて混ぜ、型に流し込み、180度で50分ほど焼く。