

# 野菜のゼリー寄せ

～白オクラ料理～

(ローフ型2本分)



## ■材料

白オクラ	12本・・・ヘタを落とす
ベビーコーン	18本
赤パプリカ	2個・・・2つに切り種を取り縦1/2に切る
ブロッコリー	1房・・・コブ差に分ける
いんげん	20本
キャベツの葉	大きいもの2枚・・・軟らかく茹でておく
スープキューブ	2個
水	800ml
白ワイン	大さじ1
板ゼラチン	20g
白胡椒	適量
ドレッシング	(マヨネーズ50ml + 生クリーム50ml + ゆずきち絞り汁 + 塩・胡椒)

パウンドケーキ  
の型を準備！！

## ■作り方

- ① 板ゼラチンは冷水にふやかす
- ② 野菜は長いものは容器の長さに切っておく
- ③ 鍋に水、白ワイン、スープキューブを入れ沸騰させる
- ④ 煮たったら白オクラなど野菜を入れ静かに煮る。柔らかく煮えたら野菜をザルにとり冷ます。パプリカは皮をむく
- ⑤ 煮汁に水気を絞った板ゼラチンを溶かし、白胡椒・塩で味を整え冷水に当てとろみが出るまで冷ます
- ⑥ 型に大きくラップを敷きこみその上にキャベツを広げる
- ⑦ ゼラチン液を1センチほど入れ白オクラを並べる。次にいんげん・ベビーコーン・パプリカ、ブロッコリーと層に野菜をきれいに並べ、都度ゼラチン液を入れ、キャベツで蓋をしてラップでくるむ
- ⑧ 冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑨ 固まったらアルミホイルでしっかり包み、アルミホイルごと切り、皿の上においてからアルミと②のラップを外しドレッシングをあしらっていただく