

作品名	洋風ミルクおでん ～からし生クリームを添えて～		
ポイント	<ul style="list-style-type: none"> 一般的なおでんに、牛乳を加えるだけなので、初めてつくる人でも簡単にできて、失敗しにくいです。 できた洋風ミルクおでんに、からし生クリームをつけながら食べることで、一度で牛乳を二度楽しめます。 		
材料 4人分	牛乳 500ml 〈洋風ミルクおでん〉 大根・・・350g さつまいも・・・230g トマト・・・700g うずらの卵（水煮）・・・40g はんぺん・・・100g さつまあげ・・・160g おでんの素・・・20g	牛乳・・・500ml ピーマン・・・120g（4個） 玉ねぎ・・・50g 豚ひき肉・・・70g 塩・・・適量 こしょう・・・適量	〈からし生クリーム〉 生クリーム・・・100ml からし・・・10g
作り方	〈洋風ミルクおでん〉 ① 鍋に、おでんの素 20g と水 500ml を入れる。切った大根とさつまいもを入れて、中火、弱火の順で煮る。 ② 豚ひき肉と玉ねぎのみじん切り、塩、こしょうをよく混ぜて、4等分にする。 ③ ピーマンのヘタを取り、種を取り出し、②を詰める。 ④ トマトのヘタを取り、ヘタの反対側に、皮がはがれやすくなるよう十字の切り込みを入れる。 ⑤ 大根、さつまいもがやわらかくなったら、ボウルに取る。鍋に牛乳 200ml を加えて、③のピーマンと④のトマト、うずらの卵、さつまあげを入れる。 ⑥ ピーマンが煮えたら、⑤で取っておいた大根とさつまいもを鍋に戻し、牛乳 300ml を入れる。はんぺんを加え、煮立ったら火を止める。 〈からし生クリーム〉 ⑦ 生クリームをボウルに入れ、ハンドミキサーで泡立てる。 ⑧ ⑦の途中でからしを加え、さらに泡立てる。 ⑨ ⑥のおでんと⑧のクリームを器に盛る。		
写真			