

洋風白和え

材料	分量（4人分）	作り方
ブトエビ ☆大根 ☆人参 ☆マヨネーズ ☆塩 ☆熱湯 ★木綿豆腐 ★砂糖 ★マヨネーズ ★白ごま	8尾 200 g 15g 大1 小1/2 カップ1/4 300 g 大1/2 大1 大1	① ブトエビは茹でて、殻を取る。 ② 大根、人参は皮をむいて千六本（長さ4cmで2mm角の大きさ）に切る。 ③ フライパンにマヨネーズ、大根、人参、塩を入れて強火で炒め、熱湯を加えて蓋をして2～3分蒸し煮する。 ④ ③をザルに上げて、余熱で火が入らないように広げて風を当てて手早く冷ます。（余熱で火が入ると食感が変わる） ⑤ 豆腐は水気を紙タオルでしっかり取り、ボウルに入れてつぶし、④を加えて和え、砂糖、マヨネーズ、白ごまを加えて味を調える。 ⑥ プリン型容器にシートを敷いてから、エビ、⑤を半分、エビ、⑤の残り、交互に入れる。 軽く固めて容器を返して置く。