

## 金町こかぶと鶏のささ身のいちごドレッシング

### 《材料》 材料(4人分)

金町こかぶ(ピンポン球ぐらい) ……4個  
 鶏のささ身 ……2本  
 いちご ……4~5粒



いちご ……5粒  
 (中くらいの大きさを、刻んで大さじ3強)  
 サラダ油 ……大さじ3  
 酢 ……大さじ3  
 塩 ……小さじ1/3  
 コショウ ……適宜

いちごドレッシング

### 《作り方》

- ① 金町こかぶは、縦に6~8等分のくし切りにし、塩(分量外)少々をふる。  
 葉は、熱湯でさっと茹で、3cm位の長さに切る。
- ② 鶏のささ身は筋を取り、茹でて食べやすい大きさにほぐす。
- ③ いちごは、ドレッシング用にはみじん切り(好みでつぶしても良い)、そのほかは  
 縦に1/2か1/4に切る。
- ④ ボウルにドレッシングの材料を全部入れて、良くかき混ぜ、最後に③のいちごを加えて混ぜる。
- ⑤ 金町こかぶ、金町こかぶの葉、鶏のささ身、いちごを合わせて器に盛り、  
 いちごのドレッシングをかける。

## 金町こかぶの甘辛肉巻き

### 《材料》 材料(4人分)

金町こかぶ(ピンポン球ぐらい)	……4個	砂糖	……大さじ1	} 合わせ調味料
リンゴ	……1/2個	醤油	……大さじ2	
豚バラ肉	……8枚	酒	……大さじ2	
小麦粉	……大さじ1	みりん	……大さじ2	
塩	……少々	水	……90cc	
コショウ	……少々			
白胡麻	……大さじ1			

### 《作り方》

- ① 金町こかぶは皮付きのまま、リンゴともに大きさを揃えて拍子切りにし、  
水気をきって小麦粉を少々まぶす。
- ② 分量の砂糖・醤油・酒・みりん・水で合わせ調味料を作っておく。
- ③ 豚バラ肉を広げて半分に切り、軽く塩、胡椒をふって、①の金町こかぶとリンゴを巻く。
- ④ フライパンが冷たいまま、豚肉の巻き終わりを下にして、油を敷かずに火をつける。  
(豚肉の巻き終わりをくっつけるため、しばらく動かさずに焼く)
- ⑤ ④に②の合わせ調味料を入れ、火が通るまで煮詰め、煮汁にとろみが出てきたら、  
豚肉に煮汁をからませる。
- ⑥ 全体に照りがついたら皿に取り、仕上げに胡麻をふってできあがり。

