

項目	料理名	4人前	価格
材料	作り方		備考
(ポーチドエッグ)	(ポーチドエッグ)		
磨宝卵 4個	①小さめの深い鍋に水を入れ強火で沸かす。卵は小さいボウルに割り入れておき、別のボウルに氷水を用意しておく。		
水(茹でる用) 1L	②沸いたお湯に酢を入れて中火に落とす。		
酢 30g	③スプーンでお湯を掻き回し渦をつくり中心に卵をそっと入れる。		
(キノコのマリネ)	④水面が揺れる程度に火を調整して2分間茹でる。(まわりの卵白はかたまり、卵黄はとろりと半熟が理想)		
キノコ(椎茸、しめじ、舞茸、エリンギ、マッシュルームなど) 400g	⑤2分経ったら割れないようにスプーンで慎重にすくって氷水に入れ冷やす。冷えたら紙を敷いたパットの上のせて水気を切る。		
ピュアオリーブオイル 35g	(キノコマリネ)		
ニンニク 10g	〈下準備〉		
玉ねぎ 1/2個	椎茸、エリンギ、マッシュルーム、舞茸は、一口大の大きさにカットする。しめじは、下の部分を切り落とし、2~3本の束に分ける。		
乾燥鷹の爪 1本	ニンニクは、縦半分にして皮と芽を取り除く。		
ローリエ 1枚	玉ねぎは、皮を剥き、薄くスライスにする。		
コリアンダー(ホール) 2g	鷹の爪は、中の種を取り除く。		
塩 7g	コリアンダーは、包丁の側面で押し潰してからサラシで包んでタコ糸で縛る。		
白ワイン 80g	コンソメキューブと水を小鍋に入れて火にかけて溶かしておく。		
胡椒 少々	サラダ菜は、一口大にちぎり水につけてシャキッとさせる。できたら水気をよく切っておく。		
キューブコンソメ 1/2個	①フライパンにオリーブオイル、ニンニク、鷹の爪、ローリエを入れ弱火にかける。		
水 50g	②ニンニクが少し色づいたら玉ねぎを入れて中火にして半透明になるまで炒めて辛味を飛ばす。		
赤ワインビネガー 10g・5g	③エリンギを入れ、火を強め、少し炒めてから他のキノコと塩を入れ、よく混ぜ合わせる。		
サラダ菜 適量	④白ワインを加え、少し煮立たせてからキューブコンソメを溶かしたお湯、赤ワインビネガー10g、コリアンダーを加える。		
	⑤弱火に落とし、蓋をして5分おく。		
	⑥蓋を外し仕上げに胡椒少々、赤ワインビネガー5gを加え味を整える。		
	⑦一度冷まして味を染み込ませる。		
	(盛り付け)		
	お皿の中心にポーチドエッグを置き、周りにキノコマリネとサラダ菜を飾って完成。(ポーチドエッグを崩して全体を混ぜ合わせて食べるとより美味しい。)		