



世界の料理教室

～ドイツの家庭料理～

〈本日のメニュー〉

- ・ グラッシュ (Gulasch)
- ・ ピクルス (Cucumber Pickles)
- ・ トマトサラダ (Tomato Salad)
- ・ アーモンドケーキ (Almond Cake)



講師：植松アネッテさん

日時：平成 15 年 11 月 29 日（金）

会場：アミュゼ 柏

植松アネッテさんのプロフィール

植松アネッテさんは、ドイツのニーダーザクセン州のヘルムシュテットのご出身で、80年に初来日され日本人のご主人と結婚、5年間東京都世田谷区に暮らし、1度ドイツへ帰国。その後、91年に再来日され、現在ご主人とお嬢さん3人との松戸市にお住まいです。ドイツ語、英語を教えるかたわら、小学校などでドイツの文化を紹介したり、松戸市と鎌ヶ谷市の国際交流協会でご活躍するなど、とても多忙な毎日を送っておられます。

◎ グラッシュ

〈材料〉（5人分）

牛肉（赤身・ブロック）	500g	
玉葱	500g	（2～3コ）
マッシュルーム	150g	（1缶）
パプリカ	大さじ 1	
サラダ油		
サワークリーム		
水		
塩		
胡椒		

フライドポテト

じゃがいも	1000g
玉葱	1コ
マーガリン	50g
塩	

〈作り方〉

- ① 肉は一口大の大きさに切る。
- ② 鍋に油を入れ、焦げ目がつくまで肉を焼く。
- ③ 切った玉葱を入れ、いためる。
- ④ パプリカを入れ、肉が柔らかくなるまで煮込む。
- ⑤ マッシュルームを入れ、塩、胡椒で味をととのえる。
- ⑥ 最後にサワークリームを加える。

フライドポテト

- ① じゃがいもは、洗って茹でて皮をむき、スライスする。
- ② 玉葱は、みじん切りにする。
- ③ スライスしたじゃがいもを、マーガリンで焼く。（まぜすぎない）
- ④ 途中で玉葱を入れて、更に焼く。

◎ ピクルス

〈材料〉（5人分）

きゅうり	14 本
すし酢	360cc
ローレル（月桂樹の葉）	2～3 枚
ディルウィード	小さじ 1

〈作り方〉

- ① きゅうりは 5mm 位の小口切りにする。
- ② 鍋にすし酢・ローレル・ディルウィードを入れ沸騰させる。
- ③ きゅうりを②に入れ、蓋をして時々かきまぜる。
- ④ 全部のきゅうりの色が変わったら、火を止めてさます。

* 冷蔵庫で 2～3 週間保存できる。

◎ トマトサラダ

〈材料〉（5人分）

トマト	3～5 コ
玉葱	1/4 コ
パセリ	少々
オリーブ油	大さじ 4
酢	大さじ 2
マスタード	大さじ 1
砂糖	1 つまみ
塩	
胡椒	

〈作り方〉

- ① トマトは輪切りのスライスに切る。
- ② 玉葱はみじん切りにする。
- ③ ドレッシングをつくる。

◎ アーモンドケーキ

〈材料〉（5人分）

生クリーム	カップ 1
砂糖	カップ 1
塩	1つまみ
小麦粉	カップ 2
ベーキングパウダー	大さじ 2
卵	4コ
レモン汁	小さじ 2
バニラエッセンス	

トッピング

無塩バター	100g
砂糖	カップ 1
牛乳	100cc
アーモンド（スライス）	200g
バニラエッセンス	

〈作り方〉

- ① ボールに卵・生クリーム・砂糖・塩を入れ、ハンドミキサーでよく混ぜる。
- ② ①に小麦粉とベーキングパウダーとレモン汁を入れて、更に混ぜる。
- ③ オーブン皿にクッキングシートをひき、②を均一に伸ばす。
- ④ 予熱なしでオーブン 180 度で 12 分焼く。

トッピング

- ① 鍋に材料を全て入れ、とろみがつくまで煮詰める。
- ② スポンジの上に①を均一に広げ、オーブン 180 度で 12 分焼く。
- ③ 冷めたら切り分ける。