

コロツケ

撮影日
2010
年（平成
22年）
10月
10日

パン粉・天ぷら粉・卵などの
在庫を確認したら
いざ「まるたか」へ



じゃがいもはメークインを。
今回は20個ほど使います。
水分が少ないお芋です。



人参は大1本、
玉ねぎは大3個使います。



合い挽きを
500グラムほど。
(コロッケ約40個分)



「付け合わせ」
手羽先とカブ・ごぼうのお吸い物
レタス・わかめ・タコ・トマトの
酢味噌あえ



そろそろ帰りますよー





まずは、玉ねぎの皮をむき、
頭を落とします。
そのまま冷凍室に30分ほど寝かせます。
切るときに涙が出にくくなりますよ。



皮むきが全て終わったら
蒸し器を準備し、
火をつけます。
お湯が沸くまでの間に
じゃがいもを切り分けます。



沸騰したら、じゃがいもを
重ならないように均等に入れ
蓋をします。



お次は、にんじん。
ヘタとおしりをカットして
扱いやすい大きさにカット。
皮はこの時にむきます。
縦方向に薄くスライス。



重ねてさらにスライス
そろえて、最後に細かい
賽の目状に切ります。



きれいに切った人参も
蒸し器に均等に投入します。

ひと作業終わったら掃除。
台所は常にきれいにしながら、
作業を続けます。





ここで冷凍庫で寝ている
玉ねぎを起こしましょう。

半分にカットしたら
おしり部分をくり抜き
薄くスライスします。



さっきの人参と同じ要領で、
さらにスライス。
向きを変えて、細かく
みじん切りにしていきます。
より細かく切ったほうが
おいしく仕上がります。



いよいよ炒めに入ります。
大きめのフライパンに
オリーブオイルとバターを入れます。



玉ねぎにある程度火が通ったら、
ひき肉を投入。



しっかりと混ぜます。

ひき肉に赤色の部分が
なくなったら塩コショウ。

山崎家のコロッケはソース不要。
種にしっかりと味をつけます。

じゃがいもを蒸し器に入れて40分ほど。
そうこうしているうちに、
いい感じに蒸しあがりました。





蒸しあがった
じゃがいと人参にも
塩コショウ。



こまかく潰れたら
先程炒めたひき肉と玉ねぎを投入。
均一になるよう
しっかりと混ぜあわせます。
ほら、しっとりしてきた！



しっかり混ぜたら、
弱火にかけ最後の味付け。
白だし大さじ1.5ほど、
砂糖小さじ2ほどを投入し、
微調整します。
後は、握れる熱さになるまで
冷まします。



休む間もなく、衣の準備へ。

大きな皿を用意し、

パン粉と天ぷら粉（小麦粉ではありません）、
ポウルに卵5個をいれます。

また、コロッケを入れる皿も準備します。



卵は白身を切りながらしつかり溶いて、
ちよつとだけ牛乳をいれておきます。
余つた卵はオムレッツにしましょう。
これで衣の準備は万端。



種が冷めるまでに

付け合わせの準備をします。

まずは、お吸い物のダシをとります。

使うのは手羽先10本程度。

水から煮出し、煮立ったら弱火に。



台所をきれいしたら、
米を研ぎ、ごはんを炊きます。



A blurred photograph of a kitchen. In the background, a large, dark-colored pot with a lid sits on a stove. The foreground is filled with various out-of-focus kitchen items, including what appears to be a wooden spoon, a glass, and other utensils. The lighting is warm and soft, creating a bokeh effect with the background elements.

さあ、後半戦スタート！
まずは種を作ります。



天ぷら粉をまといたら
卵↓パン粉へ。

いくつかパン粉の皿に置き、
まとめて衣をつけていきます。

パン粉を通ったら、
重ならないよう
きれいに並べていきます。



今回は37個のコロッケが
できました。





さあラストスパート。

ご飯が炊ける時間を

逆算しながら

付け合わせを

作っていきます。

まずはお吸い物の鍋から

鶏のアクを

きれいにとります。



かぶは葉と本体を切り分け、
皮をむきます。
本体は縦に6つに切り鍋へ。
葉の部分は一口大に切っておきます。



しめじは石づきを取って
房から分け、鍋へ。



ごぼうは土を洗い流し
包丁の背で皮をこそぎます。

根本の太い部分には
あらかじめ切れ目をいれて
ささがきにし、
鍋に入れます。



味付けは白だしと塩のみ。
ん、うまい。

あとは配膳の時に温め直し、
カブの葉をいれます。





きゅうりはしましまに
皮をむいて
「砂糖」でもみこみます。
皮がパリパリになるんです。



水で洗い流したら、
斜めのうす切りにし
ボウルに移しておきます。
後は、配膳の前に絞って
余分な水分を出します。



ワカメは口当たりを
よくするため
根を落としてから、
一口大に切ります。



レタスは手で一口大にちぎり
お皿に盛りつけます。

たくあんは、
お父さんの分は厚く、
みんなのは食べやすい厚さに
切っておきます。





タコは薄くそぎ切りに。



ゴマはいったんあぶって
粗めに摺ったら、
砂糖とお酢、味噌を加えて
混ぜあわせます。



トマトは乱切りにします。



お吸い物を温めます。

同時に揚げ鍋にたつぷり

サラダ油をいれ

火にかけます。

油はなるべく新しいものを
使いましょう。



油が温まったら
揚げていきましよう。
温度は中温で。

一度油に入れたら
返すまで触ってはダメ。



ちよつとコゲが見えてきたら
返しましょう。

あとは触らず待ちます。

最初の揚げ時間と
返してからの割合は
6 .. 4 ほど。
1 個につき約 5 分。

キツネ色に揚がったら
すぐ食卓へ。





お吸い物は仕上げにカブの葉を。



マヨネーズ1..ケチャップ1の
オーロラソースでも美味しいですよ。

美味しく食べたら
きれいに後片付けしましょう。





材料 (大人6人分)

コロッケ (37個)

メークイン 20個
にんじん 大1本
玉ねぎ 大3個
合い挽き 約500g
塩・こしょう 適宜
バター 30g
オリーブオイル 大さじ3
白だし 大さじ1.5
砂糖 小さじ2
パン粉
天ぷら粉
卵 5個
牛乳 少々
揚げ油 (今回はサラダ油)

酢味噌和え

きゅうり 3本
レタス 半個
ワカメ
トマト 2個
たこ (生食用) 1パック
ゴマ (炒ったもの)
合わせ味噌 適量
お酢 適量
砂糖 適量

お吸い物

手羽先 約10本
かぶ 2株
水 約2^{トリ}リットル
ごぼう 1本
しめじ 半パック
白だし 大さじ5
塩 適宜