



「おせち」のリメイクレシピを紹介

おせち料理は、毎年食べきれずに余ってしまい悩まれている方も多いのではないのでしょうか。今回はそんなおせち料理の中でもたくさん作ってしまいがちな「筑前煮」と、余るおせち料理ランキング上位の「黒豆」のリメイクレシピを紹介します。

おせちdeちらし寿司

1人分

エネルギー 420kcal

塩分 3.6g



■材料(4人分)

ご飯……………2合分
筑前煮……………100g
(煮汁を大さじ2程度とっておく)
なます……………50g
寿司酢……………大さじ4



〈トッピング〉

だて巻き……………50g
酢だこ……………60g
いくら……………20g
絹さや……………20g
数の子……………50g
蒲鉾……………60g
海老……………4尾

■作り方

1. ご飯は少しかために炊く。
2. 筑前煮、なますは細かく刻んでおく。
3. ご飯に2.と筑前煮の煮汁・寿司酢を加えて、よく混ぜ合わせる。



〈トッピング〉

4. 絹さやは筋を取り、塩を入れたお湯で茹で、半分に開き斜めに切る。
5. その他の食材も食べやすい大きさにカットしておく。
6. ご飯を盛付けて、お好みでトッピングをして完成。

黒豆入りコーヒゼリー

1人分

エネルギー 136kcal

塩分 0.3g



■材料(4人分)

co-op コープアガー……………8g
砂糖……………40g
水……………400ml
インスタントコーヒー……………8g



co-op 黒豆(煮汁込み) 85g
生クリーム……………40g
栗きんとん……………適量
チャービル……………適量

■作り方

1. co-op 黒豆を煮汁と豆に分けておく。
2. co-op コープアガーと砂糖を粉のままよく混ぜる。
3. 水を入れた鍋に、2.の粉をダマにならないように少しずつかき混ぜながら入れる。
4. 火にかけてかき混ぜながら溶かし、沸騰後にさらに1〜2分よく煮溶かす。
5. 火を止めてインスタントコーヒーと1.の黒豆の煮汁を加えてよく混ぜる。
6. お好みの容器に黒豆を入れる。(トッピング用に数粒残しておく)
7. 液を流し入れ、冷し固める。
8. 生クリーム、黒豆、栗きんとんなどをお好みでトッピングして完成。

