**ホワイトカレーアレンジレシピコンテスト応募レシピ20**

|  |  |
| --- | --- |
| フリガナ | ヤクモカレークリームコロッケ |
| 料理名 | 八雲カレークリームコロッケ |
| 〈料理の紹介〉  コンセプトと  セールスポイントなど | 八雲町のホタテと味噌を使用し、子供も大人も大好きなクリームコロッケにしました。 |
| 主な食材 | ホワイトカレールー、玉ねぎ、じゃがいも、バター、牛乳、小麦粉、OKみそ、卵、パン粉、油、ブロッコリー、ホタテ |
| 材料と分量  （１人分） | ・玉ねぎ　　　　　　　･･･20g（1/8個）  ・じゃがいも　　　　　･･･15g（小1/4個）  ・バター　　　　　　　･･･5g  ・小麦粉　　　　　　　･･･大さじ1/2  ・ホタテ貝柱　　　　　･･･1/2個  ・牛乳　　　　　　　　･･･50g  ・ホワイトカレールー　･･･大さじ1/2強  ・OKみそ　　　　　　･･･小さじ1/8  ・小麦粉　　　　　　　･･･少々  ・卵　　　　　　　　　･･･少々  ・パン粉　　　　　　　･･･5～10g  ・揚げ油　　　　　　　･･･適量  ・ブロッコリー　　　　･･･5g（彩りなのでなくてもOK）  ※材料費（　80　）円 |
| 作り方 | ①　玉ねぎをみじん切り、じゃがいもを5mm角に切る。ブロッコリーはレンジでチンしてみじん切りする。  ②　玉ねぎとじゃがいもをバターで炒め、玉ねぎが透き通ってきたら小麦粉を入れて炒める。  ③　ホタテを細かくして②に加えて混ぜる。  ④　牛乳、カレールーを入れて軽く煮詰める。  ⑤　味噌を入れて味を調えまとまったらブロッコリーを加える。  ⑥　バットに移し平らにし冷蔵庫で10～15分冷やす。  ⑦　好きな形に成型して（ホタテのような形にしてもかわいい）衣をつけて170℃くらいで色よく揚げる。  　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　※調理時間（　30　）分 |