

J **apanese text**

2010年 秋/冬号 日本語編

料理

毎日でも食べたいコロッケ22種

撮影 = 鈴木一彦 (p.090-093, 094 右)、
坂本正行 (p.094 左) 執筆協力 = 瀬川慧

p.090

ジャガイモと肉で作るポテトコロッケは、日本の家庭料理の代表格。挽肉とじゃがいもは、おそらく世界のどこにでもある素材だけれど、それに卵とパン粉を付けて、油で揚げたコロッケはまさに日本の家庭の味。

コロッケは、アイデア次第で、数多くのバリエーションが作れる。毎日の食卓にも、パーティーにも、子供から大人まで楽しめるコロッケ。美味しいじゃがいもが出回る秋から冬にかけて、是非作ってみよう！

(p.092)

小川軒

東京都渋谷区代官山町 10-13 Tel. 03-3463-3809

12:00 ~ 14:00、19:30 ~ 21:00 定休日：日曜日、休日

p.093

ポテトコロッケを店で作り続けて半世紀のおがわただつら小川忠貞さんの正統派コロッケ。「ポテトコロッケは、海外のどこにもない日本オリジナルの料理です。旬の男爵いもと、良質の牛ひき肉を使って具を作ります。シンプルに、素材の味を最大限に引き出すことが大切。ゆでたじゃがいもは、芯を丁寧に取り除くことで、粘り気のないほくほく感が出ます」

コロッケは、肉とじゃがいもと、卵、パン粉、油があれば、どこでも作れる日本の味。アイデア次第で、数多くのバリエーションが楽しめる。P.90~P.91にある18のコロッケは、身近にある素材をアレンジしたもの。揚げ物が大好きな、赤坂の料理屋「旬香亭」のご主人、さいとうもとしろう齋藤元志郎さんのアイデア。素材の相性を考えたユニークなコロッケ18種。

旬香亭

東京都港区赤坂 2-17-69 ムトウコーポ赤坂 1階 Tel. 03-3585-8671

11:30 ~ 13:30、18:00 ~ 20:30 定休日：日曜日

p.094

ポテト主体のコロッケが、コロッケの中で最も定番で作りやすいけれど、クリームコロッケにも挑戦してみよう。表面は

さくさくした食感で、中はとろりととろけるクリームはご馳走だ。海老や蟹はクリームとの相性抜群。

総料理長のきむらしんや木村伸也さんが教えてくれた、人気のタラバガニを沢山使ったクラブクロケット。

資生堂パーラー

東京都中央区銀座 8-8-3 東京銀座資生堂ビル 4・5階

Tel. 03-5537-6241 11:30 ~ 20:30 定休日：月曜日

明治38年創業の「ぼん多本家」の4代目主人、しまだよしひこ島田良彦さんが提案する、白いご飯と一緒に食べて美味しい芝海老のコロッケ。

ぼん多本家

東京都台東区上野 3-23-3 Tel. 03-3831-2351

11:00 ~ 14:00、16:30 ~ 20:00 定休日：月曜日

ミシュラン二つ星のフレンチレストランのシェフ、リオネル・ベカさんが教えてくれた、白ワインと相性の良いコーンのコロッケ。

キュージューヌ [s] ミッシェル・トロワグロ

キュージューヌ [s] ミッシェル・トロワグロ

東京都新宿区西新宿 2-7-2 ハイアットリージェンシー東京 1階

Tel. 03-3348-1234 11:30 ~ 13:30、18:00 ~ 21:00

定休日：水曜日

p.095

● 蟹のクリームコロッケ

(材料・4人分)

- タラバガニ (冷凍) 200g
- サラダ油 少量
- バター 10g
- 玉ねぎ 100g
- ベシヤメルソース … (バター 30g、薄力粉 40g、牛乳 350ml)
- 塩 小匙½
- 白こしょう 適量
- 卵黄 1個
- 生クリーム 大さじ2

(作り方)

① タラバガニは 7~8cm に切って、サラダ油を塗った天板に並べ、160度のオーブンで10-15分焼く。

- ② 鍋でバターを溶かし、みじん切りにした玉ねぎを加えて、玉ねぎが透き通るまで炒める。
- ③ 別の鍋にベシャメルソース用のバターを溶かし、薄力粉を加えて弱火にして、木べらで数分練り上げる。
- ④ なめらかになったら火からおろし、人肌に温めた牛乳を一気に加えてよく混ぜ合わせる。再び火にかけ、さらに練る。
- ⑤ ②の鍋に④を加えて火にかけ、5分ほど焦げないように、よく混ぜ合わせる。
- ⑥ ①のかに肉を加え、塩、こしょうで味を整えて軽く混ぜ、火を止める。
- ⑦ ボウルに卵黄、生クリームを入れてよく溶き、⑥の鍋に少しずつ加える。必ず鍋を火からはずしてから入れること。
- ⑧ 再び鍋を弱火にかけて、卵に軽く火を通す。塩気が足りない場合は、かにかから出た汁を足す。
- ⑨ ⑧をバットに入れて粗熱を取り、冷蔵庫で2時間以上冷やし固める。
- ⑩ 手にサラダ油を塗り、1個40gを目安に形をととのえる。真中を少しへこませて、小麦粉、とき卵、パン粉をつける。
- ⑪ 鍋に揚げ油を170度に熱して⑩を投入。ころもがきつね色になったら取り出して、180度のオーブンで3分間火を通して、できあがり。

● 正統派ポテトコロッケ

(材料・4人分)

じゃがいも 1kg
 牛ひき肉 (粗びき) 200g
 オリーブ油 適量
 塩、こしょう 各少量
 バター 30g
 ころも (小麦粉、とき卵、パン粉、揚げ油各適量)

(作り方)

- ① じゃがいもは皮ごとゆでる。最初は強火で、沸騰したら弱火で柔らかくなるまでゆでる。
- ② フライパンにオリーブ油を入れて強火にかけ、牛ひき肉を加えてすぐに弱火にし、手早く炒める。

- ③ ②をざるに取り余分な脂をきる。バットに広げて軽く塩、こしょうをし、冷ます。
- ④ ①のじゃがいもの皮がはじけてきたら、竹串で刺して柔らかさをみる。手早く皮をむき、芽を取り除く。
- ⑤ ボウルに④を入れて熱いうちに木べらでつぶす。塩、こしょうをし、切ったバターを加え混ぜる。
- ⑥ バターがなじんだら③の牛肉を加えて、さっくりと混ぜる。
- ⑦ 俵形に整えて、ころもをつける。
- ⑧ 180度に熱した油で、⑦を揚げる。ころがしながら約30~40秒ほど、全体がきつね色になったら網に出す。
- ⑨ 200度に温めたオーブンに入れて約5分焼く。

● ポテトとコーンのコロッケ

(材料・4人分)

じゃがいも 200g
 強力粉 大さじ3
 ベーキングパウダー 少量
 塩 小さじ½
 砂糖 小さじ½
 クレーム・ドゥーブル 50ml
 牛乳 65ml
 とき卵 ½個分
 コーングリッツ 75g
 小玉ねぎ 25g
 にんにくのみじん切り 小さじ1
 鷹の爪 (みじん切り) 少量
 スイートコーン ¼缶
 揚げ油 適量

(作り方)

- ① じゃがいもはゆでて裏ごしし、乾燥しないように冷ましておく。
- ② ボウルにふるった強力粉、ベーキングパウダーを混ぜる。それに、塩、砂糖、クレーム・ドゥーブル、牛乳を順に加えて、なめらかになるまで、よく混ぜ合わせる。とき卵も入れて、まんべんなく混ぜる。

- ③ さらに、コーングリッツ、みじん切りにした小玉ねぎ、にんにく、鷹の爪を入れて全体をよく混ぜ合わせる。
- ④ ざるに上げて、十分に水気をきっておいたスイートコーンを加え、さっくりと混ぜ、みじん切りにしたコリアンダーも加える。
- ⑤ ①のじゃがいもを少しずつ入れ、混ぜ合わせ、塩、こしょう少量で味を整える。粘りが出ないように全体をさっくり混ぜる。
- ⑥ ぬるま湯でぬらした2本のスプーンをこすり合わせるようにして、⑤のルーを整形し、170度に熱した油の中に落とす。
- ⑦ コロッケが膨らみ、中まで火が通ったら、いったん油から上げ、5分おく。
- ⑧ 再び170度の油に入れ、ゆっくりかき混ぜながら、表面がきつね色になるまで揚げる。熱いうちに塩少量をふる。
- ⑨ ソースは、ギリシャヨーグルト80g、フレッシュミントのみじん切り大さじ1、レモン汁、塩各少量を混ぜて作る。

● 芝海老のコロッケ

(材料・15個分)

サラダ油	2 カップ
ローリエ	2～3 枚
玉ねぎ(みじん切り)	1 ½個
小麦粉	250g
スイートコーン	1 缶(435g)
生クリーム	100ml
砂糖	40g
牛乳	650ml
塩	20g
こしょう、ナツメグ	各少量
芝海老(殻をはずしたもの)	2kg
マッシュルーム(スライス)	5 パック
バター	50g
酒	540ml
ころも(小麦粉、とき卵、パン粉)	
揚げ油	適量

(作り方)

- ① 鍋にサラダ油、ローリエを入れて中弱火にかけ、香りが出てきたら玉ねぎを加えて甘みが出るまで炒め、ローリエを取り出す。
- ② 木べらでよく混ぜながら小麦粉を加え、スイートコーン、生クリーム、砂糖を入れて弱火でしっかりと練り合わせる。
- ③ 人肌に温めた牛乳を加えて、さらになめらかになるまで練り、塩、こしょう、ナツメグで調味し、ベシャメルソースを作る。
- ④ 別の鍋に、芝海老、マッシュルームをそれぞれバターで炒めて合わせ、酒を注いで混ぜ、アルコールをとばす。
- ⑤ ③の鍋に④を加えて混ぜ、そのまま冷やし、冷蔵庫で一晩冷やし固める。翌日、1個150g見当で切り分ける。
- ⑥ 形を整え、小麦粉、とき卵、パン粉の順にころもをつける。細かい泡が立つ程度、140度の揚げ油でサクッと揚げる。

● 芝海老のコロッケ

(材料・15個分)

サラダ油	2 カップ
ローリエ	2～3 枚
玉ねぎ(みじん切り)	1 ½個
小麦粉	250g
スイートコーン	1 缶(435g)
生クリーム	100ml
砂糖	40g
牛乳	650ml
塩	20g
こしょう、ナツメグ	各少量
芝海老(殻をはずしたもの)	2kg
マッシュルーム(スライス)	5 パック
バター	50g
酒	540ml
ころも(小麦粉、とき卵、パン粉)	
揚げ油	適量

(作り方)

- ❶ 鍋にサラダ油、ローリエを入れて中弱火にかけ、香りが出てきたら玉ねぎを加えて甘みが出るまで炒め、ローリエを取り出す。
- ❷ 木べらでよく混ぜながら小麦粉を加え、スイートコーン、生クリーム、砂糖を入れて弱火でしっかりと練り合わせる。
- ❸ 人肌に温めた牛乳を加えて、さらになめらかになるまで練り、塩、こしょう、ナツメグで調味し、ベシャメルソースを作る。
- ❹ 別の鍋に、芝海老、マッシュルームをそれぞれバターで炒めて合わせ、酒を注いで混ぜ、アルコールをとばす。
- ❺ ③の鍋に④を加えて混ぜ、そのまま冷やし、冷蔵庫で一晩冷やし固める。翌日、1個150g見当で切り分ける。
- ❻ 形を整え、小麦粉、とき卵、パン粉の順にころもをつける。細かい泡が立つ程度、140度の揚げ油でサクッと揚げる。

●**にら玉子**：じゃがいも400g、にら(1cm長さに切る)40g、とき卵1個分 鍋ににらと酒100ml、醤油20ml、みりん大さじ1を入れて火にかけ、とき卵でとじる。

●**アンチョヴィとキャベツ**：じゃがいも400g、アンチョヴィ(みじん切り)10g、キャベツ(ゆでてみじん切り)100g、にんにく(みじん切り)1片、オリーブ油大さじ1、生クリー大さじ2、粉チーズ大さじ3、黒こしょう少量

●**ジャーマンポテト**：じゃがいも400g、ソーセージ(5mm角切り)120g、玉ねぎ(スライス)100g、ベーコン(みじん切り)50g、にんにく(みじん切り)1片、オリーブ油大さじ1、塩、こしょう各適量 フライパンに油、にんにく、ベーコンを入れて火にかけ、玉ねぎとソーセージを炒め、塩、こしょうで調味する。

●**牛肉しぐれ**：牛バラ肉200g。鍋に牛肉としょうがのみじん切り少量、醤油大さじ2、たまり醤油、みりん各大さじ1、酒、水各50mlを入れて火にかけ、箸でかきまぜながら水気がなくなるまで煮る。

●**豚キムチ**：じゃがいも400g、豚ひき肉150g、キムチ(みじん切り)120g、サラダ油、塩各少量。鍋に油を入れて熱し、豚肉とキムチを炒め塩で味を整える。

●**ねぎとチーズ**：じゃがいも400g、長ねぎ(みじん切り)100g、スライスチーズ120g、塩、カイエンヌペッパー各少量

●**なす味噌**：じゃがいも400g、なす2本(粗みじん切りにして炒める)、豚ひき肉(炒めたもの)60g、玉味噌(以下で作って50g使用)〔赤味噌175g、白味噌75g、みりん・酒各25ml、砂糖150g、卵½個を合わせ

て練り混ぜ、木べらで混ぜながら極弱火で約30分練る〕水100ml、じゃがいもでなす味噌を包む。

●**カレーサモサ**：じゃがいも300g、鶏ひき肉100g、グリーンピース(水煮缶)100g、鶏肉を炒め、グリーンピースを加えて、ターメリック、ガラムマサラ各小匙½、クミン少量、クミンシード1つまみ、塩小匙½で味を整える。

●**半熟卵**：卵4個、マッシュポテト、ベシャメルソース各適量。半熟卵を作り、マッシュポテトとベシャメルソースを同量で混ぜて包む。ころもをつけて揚げる。

●**肉じゃが**：じゃがいも500g、牛肉(薄切り)200g、玉ねぎ(くし切り)1個、にんじん(薄切り)小1本。鍋に牛肉、玉ねぎ、にんじんを炒め、酒100ml、醤油60ml、みりん50ml、砂糖大さじ3、水300~400mlを加えて煮つめる。

●**梅おなかライスコロッケ**：ごはん200g、梅干し(種を取る)4個、かつお節10g、吸い地200ml ごはんとお吸い地でおじやを作る。梅干しはかつお節と混ぜ、おじやで包み、小さいボール形のおむすびを作り、ころもをつけて揚げる。

●**海老と大葉のジェノベーゼ**：じゃがいも400g、小海老(ボイル)100g。じゃがいもに、生クリーム、粉チーズ各大さじ1、塩、こしょう各少量、小海老を混ぜる。大葉20枚、パセリ8g、にんにくのみじん切り小匙1、松の実小匙2、粉チーズ大さじ2、オリーブ油150ml、塩2gをフードプロセッサーにかけて、大葉ペーストを作る。これをじゃがいもとあえる。

●じゃがいも400g、コーンビーフ200g、塩、こしょう各少量

●**タラモ**：じゃがいも400g、たらこ(ほぐしたもの)120g、生クリーム大さじ2、オリーブ油大さじ1

●**ゆで卵とパプリカ**：じゃがいも400g、ゆで卵(粗みじん切り)3個、玉ねぎ(みじん切り)150g、赤パプリカ(粗みじん切り)50g、ハム(みじん切り)20g、トマトピューレ大さじ2、塩小匙1弱、こしょう少量

●**海老いも**：海老いも(蒸して裏ごす)300g、白味噌30g、塩小さじ½、青柚子(刻んで)少量。すべて混ぜ合わせボール形に丸め、ころもをつけて揚げる。

●**ツナとチリパウダー**：じゃがいも400g、ツナ(缶詰)165g、玉ねぎ(みじん切り)150g、にんにく(みじん切り)1片、チリパウダー小匙1½

●**深川**：じゃがいも400g、あさり(むき身)150g。鍋にあさりと、水、酒各200ml、醤油大さじ1½、砂糖大さじ1、みりん小匙½、たまり醤油小匙1、おろししょうが小匙1、長ねぎ(みじん切り)40gを入れ、汁気がなくなるまで煮詰める。