

ゴールデンマスタードレシピコンテスト

2022.5.20

1班		新食感！ハニーマスタード アイスクリーム	5班		クリームチーズの ハニーマスタードパイ
2班		マスタード唐揚げ	6班		グルテンフリー ガレットマスタード ロール
3班		ゴールデンマスタード 餃子	7班		粒マスタードの チャーハン
4班		まるごとトマトの ベーコンマスタードグラタン	8班		ベーコンエピ



料理名：ハニーマスタードアイスクリーム



コンセプト	プチプチ食感のアイスを楽しく食べる！		
材 料 (20個分)	【ソフトクリーム】		
	卵黄	8個	
	グラニュー糖	120g	
	生クリーム	800ml	
	バニラエッセンス	約30滴	
	はちみつ	200g	
	ゴールデンマスタード	80g	
	牛乳	640g	
		【ソース】	
	ゴールデンマスタード	35g	
	はちみつ	30g	
作り方	1.原料を混合 2.混合原料をソフトクリームメーカー（サーバー）に入れて加工 3.出来上がったソフトクリームを手混ぜで混合（2回）する 4.ソースをかけて出来上がり		





料理名：マスタード唐揚げ



コンセプト	プチプチ食感とマスタードの美味しさを味わおう。	
材 料	【唐揚げ】	
	鶏もも肉	1200g
	片栗粉	大さじ12
	薄力粉	大さじ12
	サラダ油	
	【つけ汁】	
	しょうゆ	大さじ5
	酒	大さじ5
	おろししょうが	小さじ2.5
	おろしにんにく	小さじ2
	ゴールデンマスタード	大さじ1
	【トッピング】	
	ゴールデンマスタード	大さじ2
	【タルタルソース】	
	卵	2個
	玉ねぎ	1/2
	マヨネーズ	大さじ8
	酢	小さじ4
	塩こしょう、砂糖	少々
	ゴールデンマスタード	適量
作り方	【唐揚げ】 1. 鶏もも肉を1口大に切る。 2. 鶏もも肉をたれに漬け込み、30分くらい置いておく。 3. フライパンに油を入れ、170℃に熱する。 4. 鶏肉に火が通ったら、出す。(2度揚げ) 【タルタルソース】 1. 玉ねぎをみじん切りにして水にさらす 2. ゆで卵をつぶして玉ねぎと混ぜる 3. 残りの材料を加える	





料理名：ゴールデンマスタード餃子



コンセプト	パリパリ、もちもち、プチプチ食感が楽しめる、不思議な餃子！！	
材 料	【餃子】	
	餃子の皮	100枚
	豚ひき肉	600g
	にら	140g
	キャベツ	600g
	ごま油	大さじ4
	サラダ油	大さじ4
	水	適量
	おろしにんにく	小さじ4
	おろししょうが	小さじ4
	酒	大さじ4
	しょうゆ	小さじ4
	塩コショウ	少々
	ゴールデンマスタード	大さじ4
	【たれ】	
マヨネーズ（お好みで+七味）	大さじ4	
ゴールデンマスタード	大さじ4	
作り方	<p>【餃子】</p> <p>①にら、キャベツをみじん切りする。</p> <p>②ポウルに豚ひき肉、おろしにんにく、おろししょうが、酒、しょうゆ、塩コショウを加え、粘りが出るまでよく混ぜる。</p> <p>③にら、キャベツを加えて混ぜ合わせ、あんをつくる。</p> <p>④餃子の皮の中央にあんを乗せ、皮のふちに水をつけて包む。</p> <p>⑤フライパンにサラダ油を入れ中火で熱し、餃子を並べる。焼き色がつかまで焼いたら、フライパンの底が浸るくらい水を注ぎ、フタをして中火で蒸し焼きにする。水分がなくなったら、ごま油を回しかけ、パリッとしたら器に盛る。</p> <p>【たれ】</p> <p>マヨネーズとゴールデンマスタードをよく混ぜ合わせ、餃子のたれとしてつけて食べる。</p> <p>※お好みで七味唐辛子やしょうゆ、酢、ラー油などつけても◎</p>	





料理名：まるごとトマトのベーコンマスタードグラタン



コンセプト	見た目を鮮やかに、トマトの酸味とマヨマスタードソースのハーモニー	
材 料	【トマトグラタン】	
	トマト（大きくて形がよいのが好ましい）	1個
	厚切りベーコン	80g
	パン粉	適量
	塩	少々
	ブラックペッパー	少々
	ゴールデンマスタード	大さじ1
	チーズ（ピザ用）	適量
	乾燥パセリ	適量
作り方	<ol style="list-style-type: none">1、トマトを水で洗い水気を切ったら上下を切り落とす（上は蓋にするので厚めに、下は薄めに）2、大きなスプーンでトマトの中身をくり抜き器を作る、作った器はペーパーでよく水気を切る（下に穴が開いてしまったら①で切り落とした下の部分を中からかぶせる）3、ベーコンとトマト（くり抜いた中身）を角切りにする4、ベーコンを熱したフライパンで炒めてこんがりしてきたらトマトを入れて火が通るまで炒める5、④で水分が多く出るのでキッチンペーパー等で拭き取る、拭き取れたらマスタードを加えて絡める6、⑤を作ったトマトの器に山になるように盛り付けてさらにチーズをのせる7、200°Cに予熱したオーブンで5分加熱をする8、オーブンから取り出して仕上げにバーナーでチーズに焦げ目をつけ乾燥パセリを散らし、中央にゴールデンマスタードを添える。	





料理名：クリームチーズのハニーマスタードパイ



コンセプト	いつもの食事にもちょっとしたおやつにもなる	
材 料	ジャガイモ	6個
	牛乳	大さじ3
	ゴールデンマスタード	大さじ9
	はちみつ	小さじ3
	塩	適量
	クリームチーズ	200g
	冷凍パイシート	6枚
	卵黄	1個
	水	少々
	追いゴールデンマスタード	大さじ3
作り方	<p>①じゃがいもはレンジで6～6分半加熱して、皮をむく。(ゆでてでもよい)</p> <p>②ボウルにいれマッシャーでつぶし、牛乳、マスタード、はちみつ、塩を加え混ぜる。</p> <p>③パイシートを伸ばし適当な大きさに切り分け、②とクリームチーズ、追いマスタードをのせ、折りたたんでフォークで閉じる。</p> <p>④卵黄と水を混ぜたものを表面に塗り、クッキングシートを敷いた鉄板にのせオーブン(200℃)で20分焼く。</p>	





料理名：グルテンフリー ガレットマスタードロール



コンセプト	健康的で女性受け間違いなし！彩りガレットロール	
材 料	そば粉	600 g
	塩	小さじ2
	水	1200g
	卵	6個
	ゴールデンマスタード	小さじ2
	赤玉ねぎ	416g
	レモン	512g
	アボカド	912g
	サニーレタス	480g
	スモークサーモン	584g
	サワークリーム	大さじ2
砂糖	大さじ1	
作り方	<p>①赤玉ねぎを薄切りし、水にさらしておく。 ②レモンを薄切りし、砂糖漬けする。 ③アボカドをくし切りする。 ④サニーレタスを手でちぎる。 ⑤スモークサーモンの皮を取り、そぎ切りする。 ⑥ボウルにそば粉・塩・水・卵を入れて粘りが出るまで混ぜる。 ⑦フライパンに⑥を流し入れ、全体に薄く広げる。 ⑧⑦にチーズを散らばらせ、溶けたらクッキングシートに取り出す。 ⑨生地にゴールデンマスタードを塗る。 ⑩その上にサニーレタス、スモークサーモン、赤玉ねぎ、レモン、アボカドの順にのせ、最後にサワークリームをかける。 ⑪⑩を巻いて、断面が見えるように中央を斜めに切る。</p>	





料理名：粒マスタードのチャーハン



コンセプト	粒マスタードの風味と酸味を引き立たせたプチプチ食感がアクセントのチャーハン	
材 料	ご飯	450g (3合)
	玉ねぎ	225g
	ハム	180g
	卵	6個
	長ネギ	75g
	ゴールデンマスタード	大さじ4
	塩	適量
	こしょう	適量
	サラダ油	大さじ3
	飾り用マスタード	適量
作り方	<ol style="list-style-type: none">①玉ねぎ、長ネギをみじん切り、ハムを角切りにする。卵を溶いておく。②ごはんとマスタードを先に混ぜておく③フライパンにサラダ油を熱し、玉ねぎ、長ネギ、ハムを炒め、溶いた卵を加えてサッと炒める。④全体に火が通ったら温かいご飯を加え炒める。⑤最後に塩、こしょうで味を調える。⑥ゴールデンマスタードを盛り付けて完成	





料理名：ベーコンエピ



コンセプト	いつも料理にアクセントをプラス！		
材 料	A	強力粉	500g
		薄力粉	100g
		ドライイースト	6g
		砂糖	6g
		塩	12g
		ぬるま湯	300ml
	B	スライスベーコン	12枚 (174g)
		ゴールデンマスタード	100g
		クリームチーズ	70g
		はちみつ	30g
	塩胡椒	少々	
作り方	<p>①ボウルにAを加えて混ぜる。分量のぬるま湯のうち160mlを加えて箸でかき混ぜ、残りのぬるま湯を周囲から加えてさらに混ぜる。全体がひとかたまりになったら、箸から手に替えてこねる。粉が少し残るようであれば、ぬるま湯少々を粉の部分に落として混ぜ、全体をまとめる。</p> <p>②ボウルの中で揉むようにしてこね、生地が手につかなくなったら、取り出して台に置き、生地を台にこすりつけて前後にのばし、また元に戻すという作業を繰り返す。途中生地を90度置きかえて同じようにこね、生地の表面が滑らかになったら、サラダ油を薄く塗ったボウルに移し、ラップをボウルの上からかぶせて約40分発酵させる。</p> <p>③生地が倍くらいの大きさに膨らんだら、上から優しく押さえて空気を抜き、スケッパーかナイフで6等分に分けてそれぞれを小さいフランスパンのような楕円の形に成形する。オーブンシートの上に並べ、乾燥しないように、ラップが固く絞った濡れふきんをかけてそのまま10分おく。</p> <p>④生地を麺棒でベーコンがのる大きさに長細くのばし、ベーコンをのせ、上にBをぬる。ベーコンを縦に折るように生地の端を合わせてしっかり閉じる。閉じた方を下にしてオーブンシートを敷いた天板に間をあけて並べ、乾燥しないようにラップをふんわりかけて2次発酵（温度70%、40℃、10分）させる。20分ほど置き、生地がふっくらしたら、生地を置いたまま斜めに深く切り込みを入れ、切った部分の生地をハサミに乗せたまま左右に広げる。これを繰り返し、枝から左右に葉っぱが出ているような形にする。</p> <p>⑤生地の上に高めから水を霧吹きし、強力粉（分量外）を少量茶こしにいれて、表面に極薄く振りかけます。220度に予熱しておいたオーブンに入れ、15分焼く。</p>		

