

コッテージパイ

材料（4人分）

ニンニク 1 片、トマトペースト大さじ 1、ウスターソース大さじ 1、ビーフストックキューブ 1 個、赤ワイン 50ml、塩コショウ、じゃがいも 3〜4 個（500g）、牛乳 50〜100ml、オリーブオイル大さじ 1、バター 30g（お好みでトッピング用のすりおろしチーズ）

①マッシュポテトを作る

1. じゃがいもを塩水で柔らかくなるまで（15〜20 分）茹でます。
2. よく水を切り、熱いうちにマッシュします。
3. 牛乳とバターを加えて滑らかになるまで混ぜ、塩コショウで味を調えます。

②肉詰め準備

1. フライパンにオリーブオイルを熱し、ニンニクと玉ねぎを柔らかくなるまで炒めます。
2. ニンジンとセロリを加え、柔らかくなるまで炒めます。
3. 牛ひき肉を加え、焼き色がつくまで炒めます。必要であれば余分な脂を切ります。
4. トマトペースト、赤ワイン、ウスターソース、固形スープを加えて混ぜます。
5. 5〜10 分煮込み、塩コショウで味を調えます。

③耐熱皿に入れて焼く

1. オーブンを 200℃に予熱します。
2. 耐熱皿に肉詰めを均等に広げます。
3. マッシュポテトを乗せ、表面を平らにします。
4. フォークで模様をつけてカリカリに仕上げます。
5. チーズを散らします。
6. 20〜25 分、きつね色になるまで焼きます。

キューカンバスープ

材料（4人分）

きゅうり 2 本（300g）、プレーンヨーグルト 200ml、玉ねぎ 1/2 個 レモン汁大さじ 1、サワークリーム 50ml、ニンニク 1/2 かけ（みじん切りまたはすりおろし）、ミント大さじ 1、塩小さじ 1/2、挽きたての黒コショウ、オリーブオイル大さじ 1

作り方

1. オリーブオイルとみじん切りにした玉ねぎを熱し、柔らかくなるまで炒めます。
2. きゅうりを粗みじん切りにして、ブレンダーまたはフードプロセッサーに入れます。
3. ヨーグルト、サワークリーム、レモン汁、ニンニク、ハーブ、塩、こしょうを加えます。

4. 滑らかでクリーミーになるまで混ぜます。
5. 味をみて、必要であれば塩、こしょう、レモン汁で味を調えます。
6. 冷蔵庫で1～2時間以上冷やします。
7. 器に注ぎ、オリーブオイルを少量かけ、ハーブを添えてお召し上がりください。

トライフル

材料（4～6人分）

スポンジケーキ 200g、カスタード 300ml、フレッシュフルーツ（イチゴ、バナナ、キウイ） 200g、ホイップクリーム 200ml、缶詰フルーツ（桃、パイナップル） 1缶、砂糖 大さじ1（ホイップクリーム用）、フレーバーゼリー（ゼラチンデザート） 300ml、ミントの葉

作り方：

①材料の準備

1. ゼリーを事前に作り、冷蔵庫で冷やしておきます。
2. 生フルーツを一口大に切ります。缶詰フルーツのシロップは水気を切って取っておきます。
3. 生クリームに砂糖を加え、ツノが立つまで泡立てます。

②スポンジケーキの準備

1. スポンジケーキを角切りにします。
2. お好みでフルーツシロップやリキュールをかけて、しっとりとさせます。

③ボウルまたはグラスにトライフルを並べます。

1. スポンジケーキを角切りにします。
2. ゼリーを塗ります。
3. ミックスフルーツを添えます。
4. カスタードをフルーツの上にスプーンでかけます。
5. ホイップクリームをトッピングします。

④仕上げ

1. お好みでフルーツやミントの葉を飾ります。
2. 冷蔵庫で30分以上冷やしてからお召し上がりください。