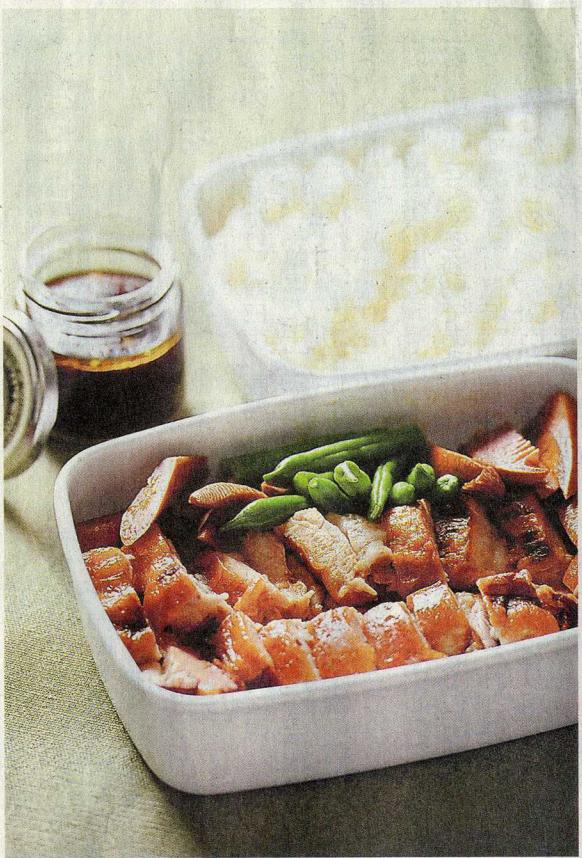


持ち寄り おしゃれに



豚ばら肉のうま煮

『主な材料』（作りやすい分量）豚ばら肉塊1キロ△A（酒600CC、しょうゆ、みりん各200CC、砂糖50g、ショウガ1片）△タケノコ小1本△ゴボウ1本△インゲン適量

『作り方』

- ①鍋にAと肉を入れ、落としぶたをして火にかける。
 - ②沸騰したら弱火にし、2時間ほど煮込む。
 - ③最後の方にタケノコ、ゴボウを入れる。インゲンは塩ゆでして小口切りにする。
 - ④肉は自然に冷まし、食べやすい大きさに切り、野菜を添える。
- ※たれは別の器に入れて持参する。

馬場さんは夫の転勤で10年ほど米国で暮らした。週末ごとに持ち寄りのホームパーティーが開かれた。こうした体験から「お料理上手と思われる持ちより＆さし入れレシピ」（メディアファクトリー、1260円）の

著書もある。「献立が重ならないようホストが事前に差配しておぐといいですね。持ち運びしやすく、食べやすいものがベスト」と馬場さん。春巻きやサモ

春はお祝い事、新生活のスタートで集う機会も多い。こんな時、各自が得意料理を持ち寄る、と気楽に楽しめる。おしゃれなメニューを、料理研究家の馬場香織さんに聞いた。

● 献立 振り分けて



キャベキヤベサラダ



フルーツバター

サ、一口サイズのサンドイッチ、手まりずしは人気メニューだ。「豚ばら肉のうま煮は、肉を特製だれで煮込むだけ。野菜やゆで卵を加えるとメインと副菜が一度にできる。ご飯を持参し、肉、たれをかけると絶品丼に。

● 華やかさを演出

見た目にも鮮やかなのが「キャベキヤベサラダ」。紫キャベツ、キャベツ、キュウリを千切りにし、縦4等分に切ってサッとゆでたマッシュルームや絹さやを混ぜる。特製ドレッシング（赤ワインビネガー、マスタード、オリーブ油、塩・コショウ）を瓶に詰め持参する。

ワインに合う一品として、おすすめなのが「フルーツバタード」。マンゴー、パイナップル、ラズベリーなどお好みのドライフルーツを5ミ角に切り、リキュー尔につけて戻す。バターを室温にし軟らかく練り、ドライフルーツと混ぜる。ラップで棒状にし、冷蔵庫で冷やし、2ミ厚さに切り、バゲットにのせる。見た目も華やかで喜ばれる。