

これからは期待される学生さんにオリジナルの味噌料理を開発してもらいました。

●油揚げとエノキの味噌チーズ巻き（6個、2人分）

《材料》

油揚げ 2枚
えのき茸 1袋
スライスチーズ 2枚
大葉 3枚
味噌 大さじ1
みりん 小さじ1.5
七味唐辛子 適量

えのき茸に火が通る前に油揚げが焦げぬよう注意。心配な場合は、焼く前に軽く電子レンジにかけて下さい。

具のえのき茸を他の具材に替えることでバリエーションも増えます。（平井）

- ①油揚げを湯に通し油抜きをした後、キッチンペーパー等でよく水を切る。
- ②油揚げを3等分に切り、切った油揚げを1枚ずつ長方形になるよう切り開いていく。
- ③えのき茸は1/2、スライスチーズは3等分に切る。
- ④味噌・みりん・七味唐辛子を全て混ぜ合わせ、油揚げの内側に少量塗る。
- ⑤④に等分したチーズ1枚、えのき茸を適量のせて巻く。
- ⑥温めたフライパン（テフロン加工でないもの場合は薄く油を敷く）に⑤を並べ、えのき茸に火が通るまで焦がさぬように火加減を調整しながら、フタをして焼く。
- ⑦ふたを取り、こんがりとし焦げ目がつくよう焼き、⑥をフライパンから取り、大葉を巻いて皿へ盛り付けて完成。



油揚げの中に、えのき茸と隠し味でもあるスライスチーズを巻き込み、こんがりとした周りにアクセントとして大葉を巻きました。

スライスチーズが入ることで味噌がまろやかになります。お酒のおつまみにはもちろんのこと、ご飯のおかずにもOK。