

NEW

## 薄型なので、お部屋を広くみせられるTVボード。



●フロントタイプは床のお掃除がしやすく、お部屋を広く見せる効果があります。

### DAIKEN

#### システム収納シリーズ『MiSEL(ミセル)』 に薄型TVボードを新発売

大建工業のシステム収納シリーズ『MiSEL』は、暮らしやインテリアなどユーザーの好みに合わせて、機能的かつスタイリッシュにプランニングすることができ好評を得ています。今回新しく追加されたのは、スリムなフロントタイプのTVボードです。TVの薄型化が定着し、AV機器も小型化している昨今、TVボードも奥行きをおさえたスリムなタイプにすることで、お部屋を広くみせることができ、圧迫感なくお使いいただけます。



●業界初のボックス奥行き30cm(総奥行き32cm)の薄型タイプ。



●扉カラーは全16柄(グロス調:1柄、トレンドウッド調:6柄、ハビアカラー:9柄)

住まいを快適にする話題の新品マガジン

“ノウ・ユウ・ノウ”

Now  
U  
know



10

2019 October

(Vol.155)2019年10月1日発行

Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



Makoの  
今月のごちそうさま  
レシピ 第155回

## 紅葉蒸しおこわ

秋の素材と彩りを添えて紅葉したような綺麗なおこわを蒸しあげます。もち米の扱いは色々ですが、今回は100%もち米で蒸籠を使って蒸しあげます。少し中華の製法を用いてコクを加え、蒸し時間も短縮しています。もち米特有のもちもち感を楽しんでください。

### ■材料 (6人分)

もち米……………3合  
豚肩ロース塊……………400g  
さつまいも……………小1本  
ごぼう……………1/2本  
しめじ……………1P  
人参……………中1本  
銀杏……………30粒位  
ごま油……………大さじ1強  
生姜……………20g  
酒……………大さじ3  
めんつゆ……………大さじ2  
オイスターソース……………大さじ2  
青のり……………仕上げに適宜

### ■作り方

- ①もち米はあらかじめ研いで浸水させておく。(30分以上)
- ②具材の下ごしらえ
  - 人参は型抜きし、それ以外の部分は粗く刻む。
  - サツマイモは1.5cm角にカットし何度か水を替えて晒しておく。
  - ごぼうは縦半分に切り、短めの斜め2mmの薄切りにする。
  - 銀杏は、季節早取りなので水煮を使います。(季節なら殻を向いて薄皮を外しておく)
  - しめじは石づきを外しバラしておく。
  - 生姜は皮付きで粗みじん刻む。
  - 豚肩ロースは1.5cm角にカットする。
- ③蒸し器の準備
  - 蒸し器を準備し、蒸籠の場合は水に浸して濡らす。
  - お湯をたっぷり沸かし始める。今回は中華蒸籠を使います。
  - 蒸し器用布巾(蒸し布)を水につけて濡らしておく。
- ④まず深めの炒め鍋にごま油と生姜を加えて熱し、香りが立ったところに豚肉を加え白く色が変わったら、ごぼうとしめじも炒め、酒、めんつゆ、オイスターソースで味をつける。
- ⑤続けて水気を切ったもち米と、水300mlを加え、強火のまま水分



がなくなるまで粘りを出さないように時々混ぜながら水分をもち米に全て吸わせ焦げる寸前まで加熱し水分を保持させる。

⑥火を止めたところで、残りの具材、細く切った人参と晒しておいたサツマイモと銀杏を混ぜ入れる。【このタイミングが大切!!】

⑦ガス台から外した蒸し器に濡らしておいた布巾を絞って被せ広げ、⑥を入れてドーナツ状に広げる。その上に、型抜きした人参見えるように乗せ入れる。(後で取り出すので)この時中央を窪ませドーナツ状にして空けておくことで蒸気の周りが良くなる。ふんわりと全体を布巾で覆い、蒸し器に乗せ蓋を閉める。強火で15分程蒸したら一旦、危険なので火を止めて、蒸し器をガス台から外し、布巾を広げ型抜きした人参を取り出す。天地返しをし、食べてみる。必要ならば更に5~10分程強火で蒸し上げる。

⑧蒸し上がったら、鍋から蒸し器を外し、熱気を逃し、空気を抱き込ませるように粘りを出さないように混ぜる。全体を空気に触れさせて艶を出す。(いつまでも蒸し器に載せておくとべちゃっとするので)

⑨盛り付けたら型抜きした人参を飾り、青のりをお好みで適宜かけて完成。

Mako 料理研究家◆2005年NHK「第15回きょうの料理大賞」でグランプリを受賞。その後開いた料理教室『Creative kitchen』も大盛況。NHK「きょうの料理」「あさいち」の料理コーナーで講師を務める。現在はテレビや雑誌を通じ沢山のレシピを伝えている。また、4人(既に全員成人して社会人)の子育て経験の中で培ったバフフルな肉料理は、特につくりやすくおいしいと評判。豪快ながらも繊細な盛りつけやコーディネート術のセンスにも定評がある。おらからで明るい人柄が人気。著書に『禁断のレシピ』(NHK出版)『大血料理でおもてなし上手』(世界文化社)『スタミナおかず』(主婦の友社)『ひとりでお弁当を作ろう』(共同通信社)等がある。

スマホで  
ソーゴーへ

