



たまねぎ、ベーコン、キノコのキッシュ

材料・分量 22cmのタルト型 1台分

生地

- ・薄力粉 150g
- ・無縁バター 75g
- ・卵 (S~M) 1個
- ・塩 ひとつまみ

フィリング

- ・玉ねぎ 120g
- ・キノコ 120g
マッシュルームやしめじなど
- ・ベーコン 70g
- ・全卵 2個
- ・生クリーム 80cc
- ・牛乳 80cc
- ・塩 1.5g
- ・胡椒 適宜
- ・シュレッドチーズ 50g
- ・バター 10g
またはオリーブオイル 大さじ 2



作り方

生地

- ① ボールに小麦粉、塩を入れ、バターを小さくちぎりながら加えて、手でパラパラにして、おろしたチーズのような状態にする。
- ② ①に卵を割り入れ、手で混ぜ合わせながらボール状にまとめる。ラップに包み冷蔵庫で30分~1時間ねかせる。
- ③ 冷蔵庫から生地を出し、3~5ミリほどの厚さにのばしてバターを塗って型に敷く。

フィリング

- ① 玉ねぎはスライスに、ベーコンは1cm幅に切る。マッシュルームは5mm程度の厚さにスライスし、しめじがあれば小房に分ける。
- ② 熱したフライパンにバターで玉ねぎを炒める。しんなりしてこんがりとした色が付くまで炒め、マッシュルームを加える。塩(分量外)少々と胡椒をし、大さじ2の水を加えて炒める。しんなりしてよく炒めたら、皿に取り出して冷ます。
- ③ ボールに卵を割入れて溶きほぐし、塩、胡椒を入れ、生クリームと牛乳を加えてよく混ぜる。味をみて塩分を加え、②で炒めた玉ねぎとマッシュルーム、切ったベーコンを加えて混ぜる。
- ④ 生地を敷いた型に、③の生地を流し入れて、具材をならす。180~200℃のオーブンに入れて、25~30分焼いたら途中で取り出し、シュレッドチーズを載せて焼く。*先に生地にチーズを混ぜ込んで焼いてもよい。
- ⑤ 焼き上がったら冷まして、粗熱が取れたら型から外してカットする。



講師：渋澤知枝先生

フランス料理教室 MESSIDOR(メシドール)主宰。
パリのホテルリッツ料理学校やイタリアでの留学経験をもとに、各国の家庭料理やおもてなし料理を日本の食卓でも再現できるようにレシピを考案。
ポイントを押さえた分かりやすいレッスンが好評！



放送中

東松山ケーブルテレビ
チャンネルこあらん
(STB 地上 111ch) にて
毎日 9:45/12:45/22:30

番組では知っている
役立つ「料理のツボ」と
そのツボを生かした美味しい
レシピを紹介します！