

チーズフォンデュ

調理時間:- ジャンル:洋食 シチュー・スープ



材料 4人分

グリュイエールチーズ	...	180~200g	ブロッコリー	...	1/2株
エメンタールチーズ	...	180~200g	ジャガイモ	...	2個
白ワイン(辛口)	...	150ml	ソーセージ	...	4~8本
ニンニク	...	1片	ウズラの卵(水煮)	...	4~8個
キルシュ	...	大2	エビ	...	4~8尾
コーンスターチ	...	大1	フランスパン	...	1/2~1本
白コショウ	...	少々			



下準備



1



2

- 【1】グリュイエールチーズ、エメンタールチーズはすりおろしておく。
 【2】ブロッコリー又はカリフラワーは小房に分け、茎は皮をむき、一口大の乱切りにする。塩少々を入れた熱湯でサッとゆで、冷水に取り、粗熱が取れればザルに上げ、しっかり水気をきる。
 【3】ジャガイモは皮ごときれいに水洗いし、ぬれたままラップで包み電子レンジに6~7分かける。途中で向きを変えて竹串がスッと刺さる位まで加熱する。布巾等で包んで皮をむき、食べやすい大きさに切る。
 【4】ソーセージはサッと熱湯に通し、一口大に切る。
 【5】エビは背ワタを取り、塩を入れた熱湯でゆでて水に取り粗熱が取れれば水気をきって殻を取り、大きい物は一口大に切る。
 【6】ニンニクは皮をむいて縦半分に切り、芽を取る。
 【7】フランスパンは一口大に切る。

作り方



1



2



3



4

- 【1】フォンデュ鍋の内側にニンニクの切り口をこすりつけて香りをつける。
 【2】チーズ、コーンスターチを加えて弱火にかけ、チーズが溶けてくれば、木べらでよく混ぜながら、白ワインを少しずつ加減しながら加え、トロ〜ツとなるまで加熱しながら混ぜる。
 【3】トロ〜ツとなれば、キルシュで香りを加え、コショウ少々で味を引き締める。全体に混ぜ合わせて、テーブルでフォンデュ台にのせて温める。
 【4】フォンデュ用の長いフォークに好みの野菜やパン、ソーセージ、ゆでウズラ卵、エビを突き刺し、チーズにからめていただく。

ヒント

お子さんやお酒が苦手な方、、でもチーズフォンデュを食べたい時は、白ワインの代わりに牛乳でのばして下さい。フォンデュセットがない場合は、ホットプレートにホーローやステンレスの小鍋、又は電磁調理器に使用できるタイプの小鍋をのせても、十分楽しめます。



ケータイでもE・レシピをチェック!

毎日の献立が届く、
無料ケータイ
メルマガもあるよ!