



～シェフおすすめガレット料理～
石井シェフ特製ガレット

<使用食材>

4名様分

全粒粉 100g
薄力粉 50g
水 225g
牛乳 225g
塩 少々
卵 1個
ベーコン 100g
チーズ 適量
キノコ 3P C
卵 4個
サラダ 適量
黒胡椒 適量

<クリームソース>

マスカルポーネ 100g
にんにく (すりおろし) 少々
パセリ (みじん切り) 少々
塩 少々
胡椒 少々
レモン汁 5g

<Let's Cooking>

- ① 全粒粉と薄力粉と塩を混ぜておきます
水、牛乳、卵を混ぜておきます
- ② ダマにならないように粉に水分を、
ゆっくり混ぜていきます
その後一時間寝かせます
- ③ ベーコンを一口大に切り軽く炒めます
茸もばらして炒めて塩・胡椒をしておきます
卵はフライパンで半熟の目玉焼きを
作っておきます
- ④ クリームソースの材料をよく混ぜて
塩・胡椒、レモン汁で味をととのえます
- ⑤ フライパンで薄く生地を焼きます
その上にチーズ、ベーコン、茸、
目玉焼きを乗せ包み、チーズが
とろけるまで焼き、クリームソースを乗せて
お皿に盛りサラダを添えて・・・

★できあがり★



～シェフおすすめガレット料理～
石井シェフ特製ガレット

<使用食材>

デザート（応用）

マスカルポーネ 250g
卵黄 2個
卵白 2個
グラニュー糖 40g
ココアパウダー 適量
ミント 適量
フルーツ 適量

<Let's Cooking>

- ① ボウルで半分のグラニュー糖を卵黄とよく混ぜてマスカルポーネもしっかり混ぜます
- ② 卵白にもう半分のグラニュー糖を混ぜながらしっかり立てます
- ③ ①のマスカルポーネに②を何個かに分けて混ぜて良く冷やします
- ④ ガレットの生地にクリームをたっぷり乗せココア、フルーツ、ミントをかざり・・・

★できあがり★