

ふわとろカニクリームコロッケ

材料（4人分）

カニのむき身100g、トマト1/2個、
エシャロット20g、ブイヨン200cc、
白ワイン50cc、牛乳400cc、バター
30g、薄力粉30g、卵黄1個分、生
クリーム100cc、塩・コショウ適量、
溶き卵1個分、生パン適量、サラダ油適
量、スプラウト適量



作り方

- 1 エシャロットはみじん切り。トマトは湯むきして、3mm角に切る。
- 2 鍋にブイヨン、エシャロット、白ワインを入れ、半分くらいになるまで煮詰める。これにカニのむき身を入れ、2分くらい煮る。
- 3 牛乳を沸騰しない程度に温めておく。別の鍋にバターを溶かし、ふるっておいた薄力粉を入れて炒める。ここに牛乳を少し加え、ダマにならないように混ぜていく。3～4回に分けて牛乳を入れ、同じようにかき混ぜる。牛乳を加えたら、少し煮詰め、こし器でこす。これを鍋に戻して火にかけ、1と卵黄を入れて混ぜ、塩、コショウで味を調える。火から下ろしてあら熱を取ってからトマトを混ぜ込む。
- 4 小鉢にラップを敷き、8等分した3を入れる。その上に8分立てにした生クリームを載せ、ラップを閉じて冷凍庫で凍らせる。
- 5 4のラップを取って、薄力粉（分量外）溶き卵、生パン粉をつけて、150℃くらいの低温でじっくり揚げる。外にうっすらと焦げ目がついたら、平皿に盛り付け、スプラウトを添える。

料理のポイント

- 1 タネが小鉢から取れづらいときは、温水で外側を温めると取れやすくなります。
- 2 崩れやすいので、揚げるときは一度返すくらいで、あまり触らないようにし、中まで温まるまで低温でじっくり揚げます。

ひとくちメモ

そのままでは固まらないくらい軟らかいコロッケ。一度冷凍にしてから揚げます。スプーンで召し上がってください。