

2024年2月29日(木) 11:00~13:30 ハンガリー鯉料理教室

## レシピ

### ★ハラスレー

(材料4名分)

300 g 玉ねぎ

二片 ニンニク

25 g 塩

20 g 粉末パプリカ (香辛料の)

2個 ドライ唐辛子

2リットル 水

- 1, 鯉のパーツの準備をし、しっかり洗う。
- 2, 玉ねぎを切る。
- 3, 玉ねぎと鯉のパーツを鍋に重ねて置き、水を入れる。ニンニクを入れ、火をつける。
- 4, あくを取る
- 5, 塩を入れ、唐がらしを入れる
- 6, 湯気が粘っこくなったら粉末パプリカを入れ完成まで火を通す
- 7, 少し置いた後、スープを漉す
- 8, 必要あれば塩で味を整える

### ★ポテトサラダ

(材料4名分)

600 g ジャガイモ

200 g 紫玉ねぎ

150 g マヨネーズ

20 g デイジョンマスタード

20 g サワークリーム

10 g 塩

2 g ブラックペッパー (挽いた状態で)

1個 レモン

- 1 ジャガイモをよく洗い、皮付きのままゆでる。
- 2, 柔らかくなったら冷まし、皮をむき、切る。

3, あらかじめ切っておいた材料（ゆでたジャガイモと紫玉ねぎ）を混ぜ、ボールに入れ、マヨネーズやその他の調味料とよく混ぜる。

食べる時まで冷蔵庫に入れておく。

### ★鯉フライ

（材料4名分）

鯉 4切

2個 玉子（Lサイズ）

100g 小麦粉

200g パン粉

1リットル サラダ油（揚げる時に使用）

事前にフライ用に用意しておいた鯉に塩をふり、出しておいた小麦粉の中に入れよくつける。

その後よくかきまぜた卵に入れ、からめ、パン粉をつける。

170～180度の油で揚げる。

キッチンペーパーに置き、揚げた鯉フライから油を切る。