

きままに一品 第二十四回

トルコライス



トルコライスってご存知ですか?私も「トルコライス」は、食べた事は無いのです。なんでも長崎発祥の料理らしく、チャンポンの次に有名で特に長崎市内には、トルコライスが食べられるレストランが多いとか。長崎は近いので比較的良く行くのですが、いつも中華街で食事するため、トルコライスは食べた事ありません。ネットで見ると「大人のお子様ランチ」と紹介されています。

実は「トルコライス」とは一皿に、ピラフ、スパゲティ、トンカツの3種類が盛り付けられた料理です。ピラフがドライカレーだったり、トンカツがチキンカツだったり、バリエーションは色々有るようですが、まさ

に大人の為のお子様ランチですね。個別にはどれも食べた事がありません。そこで今回作ってみようと思いました。

トンカツ

豚ロース	1枚
溶き卵	
小麦粉	
パン粉	
塩、コショウ	
揚げ油	

バターライス

ご飯	茶碗1杯分
バター	少々
塩、コショウ	
ブイヨン顆粒	少々

スパゲティナポリタン

スパゲティ	50g
ケチャップ	大2
ウスターソース	小1/2
バター	少々
粉チーズ	

簡単ドミグラソース

水	200cc
ビーフシチューの素	箱の表示の2皿分
ケチャップ	大1
ウスターソース	大1弱
醤油	大1/2
バター	少々
ブイヨン	固形1/2目安

この料理のポイントは、タイミングが大

事ということでしょうか。三種類の料理が同じタイミングで皿に盛り付けされなければなりません。一つでも冷めていたらおいしくありませんものね。ただ、我が家のガステー

ブルは2口コンロ。やるしかないです。

手順1 豚ロースの筋を切って、塩、コショウ。小麦粉をまぶして、溶き卵にくぐらせ、パン粉をつける。

手順2 スパゲティ用にお湯を沸かす。同時にドミグラ用に小鍋にお湯を沸かし、シチューの素とブイヨンを入れ、素が溶けてからケチャップ、ソース、醤油を入れ、焦がさないように混ぜながら、とろみがついたら最後にバターを入れる。

手順3 天ぷら鍋に油をいれ、170~180 に熱し、トンカツを揚げる。スパゲティをゆで始める。トンカツが揚がったら、良く油を切って食べやすい大きさに切り、ア

ルミオイルで包んでおく。

手順4 フライパンを熱し、バターを溶かしご飯を炒め、塩、コショウ、顆粒ブイヨンで味付けをする。この時のご飯は、温かい方がパラッとできます。

手順5 フライパンを熱し、バターを溶かし、ケチャップとソースを混ぜたものを炒める。スパゲティが茹であがったら、湯を切り(このとき茹で汁を少し取っておく)フライパンのソースと混ぜ合わせ、茹で汁(大1)を加え、粉チーズをまぶす。

後は、盛り付けです。

ところで、「トルコライス」の「トルコ」とは、どういう意味でしょうか?ネットで調べてみてください。諸説あって面白いですよ。

注意:これは、かなりボリュームがありますので、食べすぎに注意!!!