

うわさのレストランのシェフが教える Weekday's Dinner menu Cooking

うわさのレストランのシェフにおすすめメニュー
のレシピを教えてください。

第3回目は和牛がイチオシの日本食レストラン
Cityのびあんです。

中はふっくら、表面はカリッとした食感が一度食べたらクセになる。
おかずにも酒の肴にももってこいのメニュー。

チヂミ(キムチ又はいかえび入り)

INGREDIENTS (For One)

●チヂミ

上新粉(ライスフラワー)20g 小麦粉40g 水100cc スッキリニキ
切り(長さ3〜4cm)20g ニラ(長さ2cm)10g ニンニクすりおろし1
つまみ 粉末ダシ少々 しょう油5cc キムチ(汁も入れる)50g、また
は、いかえび1cm角と荒みじん各30g ごま油適量

●つけダレ

しょう油3:酢1:ミリン1 すりごま適量 チリパウダー適量

METHOD

1. チヂミの材料をボールに入れてよく混ぜ合わせる。
2. フライパンで片面中火と強火の中間くらいの
火力で2〜3分焼く。
3. 片面が焼けたらひっくり返して中火で約2分
焼く。両面にこんがり焼き色がついたら出来上がり。

TIPS

約3mmの厚みにひいた、たっぷりのごま油
で揚げるようにして焼くと、カリッと美味しく
焼き上がる。

THE DATA

Restaurant Name: びあん
Address: Ground Fl. Forsyth Barr
Tower, 55-65 Shortland St. City
Phone: 09-358-1255
Open: Lunch Mon-Fri 11:00-17:00
Dinner Tue-Sat 17:00-22:00
recommendation: 前菜5種盛り\$15、
照り焼きチキン\$15、和牛焼き肉\$20

