



自家製マヨネーズで オリジナルサンドイッチをつくろう

レシピ作成：渡辺龍彦

材料（2人分）

〈マヨネーズ〉	〈サンドイッチ〉
・卵黄 2個分	・バターロール 4個
・ディジョンマスタード 小さじ2	・ゆで卵 2個
・ワインビネガー 小さじ6	・ツナ缶 1
・植物油（なたね、米など）400cc	・玉ねぎのみじん切り 大きじ2くらい
・塩少々（お好みで）	・きゅうり 1/2本
	・塩、胡椒

*卵は使う30分前になったら、
冷蔵庫から出して常温にしておいてください。

使用する調理器具

- ・ボウル ×3（マヨネーズ用、たまごサンド用、ツナマヨ用）
- ・泡立て器
- ・計量カップ
- ・濡れ布巾かタオル（ボウルの下にひく）
- ・フォーク（卵をマッシュする）
- ・スプーン（具材をパンに挟む時）
- ・まな板
- ・包丁
- ・パン切り包丁（あれば）
- ・盛り付けるお皿

作り方

[16:30の配信までに、ご自宅で準備しておいていただきたいこと]

卵は16:00には常温にし、卵白と卵黄に分けておく / 調理器具の準備 / zoomのセッティング

〈マヨネーズ〉

- 1 ボウルに卵黄、塩、マスタード、ワインビネガーを入れて、白っぽくなるまで泡立て器でかき混ぜる。
- 2 ボウルの下に濡れ布巾を敷いて滑り止めにし、オイルを糸を垂らすように少しずつ入れながらかき混ぜる。
- 3 「オイルを少し入れて、かき混ぜる」を繰り返し、もったりとしてきたら完成。

〈サンドイッチ〉

- 1 きゅうりをスライスする。
- 2 (卵) ゆで卵を小さなボウルで好きな粗さにフォークで潰し、作ったマヨネーズ、塩コショウで味を整える。
- 3 (ツナ) ツナとマヨネーズ、玉ねぎのみじん切りを小さなボウルに入れてまぜ、塩コショウで味を整える。
- 4 バターロールに切り込みをいれて、スライスしたきゅうりを敷き、具材を好きなだけスプーンで挟み込み、完成！