

# ◎◎ スタッフド・バケット ◎◎

レシピ提供：ばん くみこ先生

## ■材料（バケット1本分）

バケット	1本
クリームチーズ	150g
生クリーム	大きじ1
バター	150g
ハム	5枚
ドライクランベリー	30g
オレンジピール	30g
炒ったクルミ	15g
ピスタチオ	10g
6枚切食パン	2枚
シナモンパウダー	適量
ガーリックパウダー	適量



## ここがポイント！ドライフルーツ

ワインのおともに、常備しておきたいドライフルーツ。ドライフルーツには天日干したものと、砂糖漬けにしたものがあります。朝食時にヨーグルトに入れたり、寒い日には紅茶やホットワインに入れたりで大活躍です。手軽にビタミンや食物繊維が取れることも女性にとってはうれしいですね。定番なのは、レーズン・イチジク・マンゴーあたりでしょうか？今回は鮮やかな赤と程よい酸味のきいたクランベリーとオレンジの皮を砂糖でまぶしたオレンジピールを使ってみました。ご自宅にあるドライフルーツを入れてみてください。

- 1 バケットの両端をカットし、4等分にして中身をくりぬく。
- 2 ハムは1cm角にカットし、オレンジピール・クルミとピスタチオも軽く刻んでおく。食パンは手で細かくちぎっておく。
- 3 バターを常温で柔らかくし、クリームチーズは生クリームを入れてまぜてやわらかくしておく。（電子レンジで30秒くらい温めると扱いやすい）
- 4 3を1つのボールにまぜあわせ、1でくりぬいたパン、ハム・クランベリー・オレンジピール・クルミ・ピスタチオ、ちぎった食パンを加えて混ぜ合わせる。
- 5 4にシナモンパウダーとガーリックパウダーを入れてよく混ぜ、くりぬいたバケットに詰め込む。
- 6 ラップをして冷蔵庫で休ませ、うすくカットする。

## ばん くみこ先生のコメント☆

今回は前日から準備しておける、簡単な前菜のご紹介です。バケットをくりぬいて好きな具材を詰めるだけの簡単レシピです。まだお料理の仕事をする前から、ソフトボール大会やピクニック、お花見のときにバケットをくりぬいてポテトサラダ、ツナサラダ、卵サラダなどを詰めて持参していました。バケット1本で3-4種類具材・色を変えてみると華やかですよ。カナッペやブルスケッタより手間がかからず簡単です。

