

◎◎ 空まめと新じゃがのパンキッシュ ◎◎

■材料（14cmパイ皿2枚分）

サンドイッチ用パン	8枚
【アパレイユ】	
卵	1個
牛乳	50cc
生クリーム	50cc
塩・胡椒	適量
パルメジャーノレッジャーノ	大さじ1
【フィリング】	
ソラマメ	12-14個
新ジャガイモ（小）	2個
新タマネギ	1個
パンチェッタ	40g
オリーブオイル	適量
塩・胡椒	適量

※アパレイユとは、流動状の生地をさす言葉です。お菓子を作る下準備として、牛乳や卵などの材料を混ぜ合わせたものを言います。
 ※フィリングとは、「満たす」という意味の英語、「fill（フィル）」からきた言葉で、中身や詰め物をさします。



1 ジャガイモとソラマメを茹でる。茹でたジャガイモは1/4にカットする。

2 パンチェッタは細長くカットし、フライパンで炒め取りだしておく。タマネギは軽く電子レンジで火をとおしておき、パンチェッタを炒めたフライパンにオリーブオイルをたして炒めて塩・胡椒しておく。

3 アパレイユの材料をまぜておく。

4 タルト型にパンを敷き詰める。1枚は底にひき、残りはカットして放射状に並べる。

5 4にタマネギ・パンチェッタを入れ、ジャガイモとソラマメをのせてアパレイユを注ぎ、180度のオーブンで20分ほど焼く。



★ポイント ソラマメ★

さやが空に向かってつくために「空豆」という名前がつけました。ソラ豆は鮮度が命です。さやから出してしまうと鮮度が落ちるので、さや付のものを購入し、調理直前にさやから出して、たっぷりのお湯に塩を入れて2分程度茹でてください。よく「ソラ豆3日」（美味しいのは収穫されて3日間という意味）と言われますが、旬のこの時期に美味しいソラ豆をいっぱい楽しみたいですね。



ばん くみこ先生のコメント★

先日、タルトの撮影が続き大変でした。どうしても前日に生地をから焼きしてという工程になるので、2日がかりになります。なんとか簡単に作れないかということで台をパンにしたキッシュにしてみました。試作の段階ではライ麦のサンドイッチパンで作っていましたが、より手に入りやすい白パンに変更しました。タルト型の周りに放射状に並べるパンは四角ではなく三角にカットして並べても可愛いですよ。タマネギは電子レンジで加熱後炒めることで、時間短縮できます。