

持ち寄りパーティーやピクニックに重宝するサンドイッチをかわいくワインに合うように仕上げました！

■材 料（4人分）

食パン	1斤
片側に耳がついているものがよい	
いちごジャム	適量
ブルーチーズ	適量
はちみつ	適量
いちじく	1個
鶏むね肉	1枚
A水	500ml
A白ワイン	大さじ1
A塩	小さじ1
大葉	3枚
マヨネーズ	適量
木綿豆腐	60g
アボカド	1/4個
B塩	小さじ2
B水	200ml



写真1



写真2

1 木綿豆腐は3cm長さ2cm厚さくらいにきり、Aを溶かした中に1時間漬ける。水気を切り、キッチンペーパーに包んで形が崩れなくらいの重しをして30分以上置いておく。

2 鶏むね肉はAと共に鍋に入れ中火にかける。沸騰直前で火を消し蓋をしてそのまま15分置く。食べやすいサイズに手で割いておく。大葉は繊維切りにし、水にさらしてザルにあげ、水けを切っておく。大葉と鶏むね肉をボウルに入れ、塩・コショウ・マヨネーズで味を整える。いちじくは5mm厚さに切る。アボカドは1cm厚さに切り、変色防止にレモン汁をかけキッチンペーパーで水けをふいておく。

3 <食パンを切る>まずプレゼントBOXの蓋にする部分に食パンの底の部分を1cm厚さくらいに切り落とす。中央に2cm幅、2か所の切込みをナイフで入れ、リボンを通して結ぶ。底を切り落とした部分を上に向け、食パンの耳の少し内側に下までナイフを入れる。(写真1)この時、包丁は上下に動かし、形が崩れず、隅までしっかり刃を入れておく。食パンの向きはそのままにし、ナイフを底から1cmのところまで底と平行に入れ、扇形に包丁を動かして食パンと底がつながっている部分を切り落とす(写真2)。この時、外側からは切れ目が目立たないように入り口は小さ目にする。反対側からも同じようにし、食パンを取り出す。8枚に切る。

4 2枚の食パンにマスタードを塗り、鶏むね肉と大葉をのせて挟む。2枚の食パンにはちみつを塗り、片側にイチジクをのせてもう1枚の食パンではさむ。2枚の食パンのうち、1枚にイチゴジャムを塗り、ブルーチーズをのせ、もう1枚の食パンではさむ。2枚の食パンにマスタードを塗り、その上にアボカドを並べ、その上に豆腐を並べはさむ。(写真3)サンドイッチを重ねて竹串を刺し、ナイフで半分切る。食パン型に入れ、蓋をかぶせる。

■ポイント■

食パンは焼きたてだと切りにくいので前日に焼いてあるものが扱いやすいです。パン屋さんをお願いして端っこの1斤を耳を落とさないで注文するとよいでしょう。今回は食パンを使用しましたがカンパーニュなどで作っても美味しくかわいいですよ。

サンドイッチを美味しく作るためには素材の持つ水分をパンに移さないことが大切。食材の水分をしっかりふきとってパンに染み込みますのでマスタードやマヨネーズはちみつなどをパンに塗っておくことで水分が染み込むのを防いで美味しく仕上げてください。

豆腐を塩漬けるのは前回のキッシュのと同じです。たっぷり作ってオリーブオイルに漬けておくと日持ちがします。チーズ感覚でそのまま食べてもよいですし、サラダに混ぜても美味しいですよ。