

# YOKO DESIGN KITCHEN

## Egg Croquettes

卵入りコロケ

今回は卵を入れましたが、サイコロ切りにしたチーズやソーセージなどを使っても良いと思います。

衣に小麦粉を使わないので、出来上がりがライトでサクッと小さめのところがポイントになります。パン粉は粒が細かいタイプがお勧めですが、なければ普通のパン粉でも大丈夫です。



### Ingredients

4-6 人分

|            |                            |
|------------|----------------------------|
| 2 T        | 無塩バター                      |
| 2 T        | オリーブオイル                    |
| 8 T = 72 g | 薄力粉                        |
| 360 ml     | 牛乳                         |
| 6 T        | *マンチェゴチーズ（ペコリーノやパルミジャーノでも） |
| 適量         | 塩・胡椒                       |
| 3 個        | ゆで卵、4等分する                  |
| 1 個        | 溶き卵                        |
| 適量         | 粒が小さめのパン粉                  |
| 適量         | 揚げ油                        |

### Preparation

- 鍋か小さめのフライパンにバターとオイルを中火で熱する。バターが溶けたら薄力粉を加え、泡立て器でかき混ぜながら粉っぽさがなくなるまで2分ほど火にかける。
- 泡立て器でかき混ぜながら、少しずつ牛乳を加えていく。トロミが付きスムーズになったら、チーズを加えてよく混ぜる。味見をしながら塩・胡椒で味付けする。バットに広げ、冷蔵庫で1~2時間固める。
- 2を12等分する。1つ分を手を広げ、ゆで卵を包んで丸める\*。同様に全てを丸める。溶き卵にくぐらせパン粉をつける。時間があれば30分ほど冷蔵庫で冷やす。ここまでの作業を早めにやっておいても良い。もしくはこの時点で冷凍も可。  
\*夏場など暑いときは溶けやすいので、使っていない生地は冷蔵庫で冷やしておくが良い。
- 中火で揚げ、熱々をいただく。好みにアイオリソースやスモークパプリカアイオリソース（レシピ別参照）と共にサーブしても美味しい。

補足：

チーズをすりおろして使うのが理想だが、どうしても市販の粉チーズを使う場合は、塩分が多いので気をつける。

YOKODESIGN.com

Instagram.com/YokoDesignKitchen

Facebook.com/YokoDesignKitchen