

# ウェルネスかごしま 健康増進魅力発掘プロジェクト 料理レシピ部門



素材名

桜島大根と  
黒豚のクリームコロケ

名前  
(ニックネーム)

株式会社寿福産業 射場山 晃司

所在地 (県名)

鹿児島県

## ポイント

鹿児島が世界に誇る桜島大根。近年、トリゴネリンの血管改善成分で注目を浴びている桜島大根を、食べやすく洋風仕立てのクリームコロケに。ホワイトソースも手軽に簡単につくれるレシピにしました。

桜島大根をサッと炒めてソースと合わせることで、ソースと大根のなじみもよく、しゃきしゃき大根の食感も楽しめます。

## 材 料

黒豚ひき肉60g、たまねぎみじん切り20g、刻み生姜少々、黒酒少々、塩小さじ1/4、こしょう少々、桜島大根細切り60g、塩0.5g、グレープシードオイル20cc

(A)  
生クリーム100cc、だし汁100cc、薄口醤油小さじ2、塩小さじ1/3、ブラックペッパー少々、コーンスターチ40g

小麦粉適量

(バター液)  
卵1個、小麦粉大さじ4、水大さじ1、パン粉適量、揚げ油適量

## 作り方

1. 黒豚ひき肉、たまねぎ、生姜を炒め、酒をふり、塩、こしょうで味を整える。
2. 桜島大根は1cm幅の細切りにし、塩をふって軽くもみ絞って水気を切っておき、グレープシードオイルで歯応えが残るよう、軽く炒める。
3. Aを合わせてソースをつくり、1/3量ほどのソースでコーンスターチをとき、とろみがつくまで火にかける。  
※この時、だまにならないよう弱火でゆっくりと火をいれる。
4. 1の炒めた具材に3のソースを混ぜた合わせ、最後に2の桜島大根を加えパットに流し込む。
5. 4が固まったら、3×12cm角に切る。
6. バター液の材料を混ぜる。5のタネに小麦粉をまぶし、6のバター液にくぐらせ、パン粉をつける。
7. 180℃でからっときつね色になるまで揚げて、油を切る。
8. 揚げたての7、好みで、ハーブ塩などを添えて完成。