

みかんのディップ (3種)

多くの人数に当分出来ます



【材 料】

- ④清見タンゴールと空豆のディップ
- | | |
|---------|------|
| 清見タンゴール | 100g |
| そら豆 | 2C |
| マヨネーズ | 大2 |
| 塩 | 少々 |
| 胡椒 | 少々 |
- ⑤愛南ゴールドとフロマージュブランのディップ
- | | |
|-------------|-------|
| 愛南ゴールド (中) | 1コ |
| フロマージュブラン | 150g |
| 玉ねぎ (みじん) | 1/4コ分 |
| パセリ (みじん) | 大1 |
| 愛南ゴールドの皮の甘煮 | 50g |
| 塩 | 少々 |
| 胡椒 | 少々 |
- ⑥カラマンダリンとクリームチーズのディップ
- | | |
|------------|------|
| カラマンダリン | 100g |
| クリームチーズ | 100g |
| 干しぶどう | 大3 |
| みょうが (みじん) | 1コ |
| カレー粉 (好み) | 小1～ |

【作り方】

- ④清見タンゴールと空豆のディップ
- ①清見タンゴールは皮をむき 1cm の角切りにする。
 - ②そら豆は塩ゆでし、荒くつぶす。
 - ③②の中にマヨネーズ、塩、胡椒を加えて味付けし、①を加えて混ぜ合わせる。
- ⑤愛南ゴールドとフロマージュブランのディップ
- ①愛南ゴールドは皮をむき 2cm 位に切り分ける。
 - ②フロマージュブランをボウルに入れ、玉ねぎのみじん切り、パセリ、愛南ゴールドの皮の甘煮を小さく切ったもの、塩、胡椒を加えてさっと混ぜ、さらに①を加えて混ぜる。
- ⑥カラマンダリンとクリームチーズのディップ
- ①カラマンダリンは皮をむき 1cm の角切りにする。
 - ②クリームチーズをレンジで 20 秒ほど加熱して混ぜ、さらにみょうがの荒切り、カレー粉を加えてよく混ぜる。
- * フロマージュブランの作り方 (今回はヨーグルトを使用しています) ヨーグルト 300g をクッキングペーパーの上に寄せ、一晩水分を切る。
- * これらのディップは、パンの上、サンドウィッチ、肉、魚、野菜など何にでも利用でき、さわやかでとても美味しいディップです。
- * 清見タンゴールの旬は 3 月～ 5 月。愛南ゴールドの旬は 4 月～ 7 月。カラマンダリンの旬は 4 月～ 5 月。