

かにクリームコロッケ

材料 (2人分)

かにの身	80g
ホワイトソース	
└バター	20g
└薄力粉	20g
└牛乳	150cc
塩・こしょう	少々
鶏がらスープの素	小さじ1
玉ねぎ	1/2個
白ワイン	30cc
衣	
└卵	1個
└薄力粉	大さじ4ぐらい
└パン粉(細かめ)	適量
トマトソース	
└玉ねぎ	小さじ1~2
└ベーコン	1/2枚
└トマトジュース	150cc
└ブイヨンの素	小さじ1/2



作り方

1. 玉ねぎをみじん切りにし、種用とソース用に分ける。
ベーコンもみじん切りにする。
かにの身を取り出しほぐしておく。
2. 【ホワイトソースを作る。】厚手の鍋にバターを溶かし、薄力粉を入れて炒める。
いったん火を止め、牛乳1/3を加えて混ぜてから、
弱火にし残りを2~3回に分けて混ぜ入れる。
3. フライパンに油をしき玉ねぎを炒め、さらにかにの身を入れ、白ワインを加える。
さらに、ホワイトソースを入れて鶏がらスープの素、塩・こしょうで味をととのえ、
バットに広げてバター(分量外)を塗りしっかり冷ます。
4. 【トマトソースを作る】鍋に油を入れて玉ねぎ、ベーコンを炒め、
トマトジュース、ブイヨンの素を加えて煮る。
5. 手に油をつけて3をコロッケの形にする。(できれば、冷凍庫で軽く凍らせる)
6. ボウルに卵、薄力粉、水を入れて混ぜ、コロッケの種をつけてから
パン粉をまとわして揚げる。
7. 皿にトマトソースをしき、コロッケを盛る。

所要時間 1時間
主な調理器具 鍋