

カレー風味テリーヌ



パウンド型1台分

カリフォルニア米 0.5合
ターメリック 小さじ1/2
塩コショウ 少々
キャベツ 2枚
にんじん 5cmほど
オリーブ 8粒くらい
ジャガイモ 小1個
鶏肉（お好みでムネでもモモでも） 150g
にんにく・しょうが すりおろし 各1/2片
カレー粉 大さじ1/2
ケチャップ・オリーブオイル 各大さじ1
プレーンヨーグルト 大さじ1.5
塩コショウ 適量
コンソメ・ゼラチン 各小さじ2
カレー粉 小さじ1

- 1) 鶏肉を に漬け込む。できれば1晩おく。米をターメリックと塩コショウ少々をいれた水で炊く。
- 2) キャベツ、細く切ったにんじんを茹でる。ジャガイモは2mm薄さにスライスしてレンジで加熱する。
鶏肉を焼き、粗くみじん切りにする。
- 3) 水200ccに、コンソメ、カレー粉、ゼラチンを入れてスープを作り、冷ます。
- 4) パウンド型にラップを敷き、キャベツを敷く。
ターメリックライスをぎゅっとつめ、ジャガイモを敷き詰め、鶏肉の半量を入れたらにんじん、オリーブを並べて隙間に残りの鶏肉をいれ、コンソメスープを注ぎ、冷蔵庫で冷やし固める。