



3種のペーストと 「こだわり酵母くるみとライ麦のパン」

材料を混ぜるだけの3種類のペーストをカラフルに箱詰め。
スライス後、軽くとろした酵母パンを添えて

サーモンリッチ

【材料】 クリームチーズ……………100g
スモークサーモン(細く刻切)…4枚
塩……………適量
黒こしょう……………適量

アボカドマヨ

【材料】 アボカド(皮と種を除き、つぶす)…1個
たまねぎ(水にさらしみじん切りしたもの)…小さじ1
マヨネーズ……………大さじ1
塩……………適量

かぼちゃとツナ

【材料】 かぼちゃ(電子レンジで加熱後、皮をむきすりつぶす)…100g
ツナ缶(汁をきって混ぜる)…1缶
マヨネーズ……………大さじ2
飾り用レーズン……………お好みで

pal
「こだわり酵母
くるみとライ麦のパン」
1個359円(税込・標準価格)
12月4回は特価で登場

たっぷり
くるみが
アクセントに♪

Point

デリ風カップでおしゃれに。
空き箱に詰めると持ち運びに便利。
テーブルにそのまま出して見栄えよし!

ピンチョス3種

食べやすい人気のピンチョスを集めました。
土台にはさやうりが便利です

ミニカプレーゼ

プチトマト+ミニモッツアレラ+バジル
盛り付けたら、ドレッシングをかけて。

エビのガーリックソテー + うずらの卵

みじん切りにしたんにくをフライパンで炒め、下処理したエビを炒める。塩、こしょう、パセリをふり、うずらの卵といっしょにピックで刺す。

ポテトサラダの生ハム巻き

ポテトサラダを生ハムで巻いて、ピックで刺す。

北海道
JAきたみらいの
果樹いもで作った
ポテトサラダ

pal
「産直じゃがいものサラダ」
150g×2 322円(税込・標準価格)
12月3回のクリスマスページで特価予定



Point

楊枝にマスキングテープを
つければ、手作りピックに

ポットラックパーティーで

pal*system

印象に残る Recipes

ポットラックパーティーとは、気軽な持ち寄りパーティーのこと。
とはいえ招待されたら、何を持っていか悩みますね。
今月はパーティーで喜ばれるメニューやアイデアをご紹介します。
アンケートをもとにした組合員の声も必見です!

組合員に
聞いた

持ち寄りパーティー
あひあひ

女子力低って思われた?

「買ったものでいいよね〜」と話して
いたはずなのに、私以外、みんな手作
りを持ってきたときは、恥ずかしくな
りました。(ぼちゃん)

パーティーが食べ比べ会に…

料理ががぶって、食べ比べみたい
になっちゃった!
(リオママさん)

緊張のあまり…

持ちよりに煮物をリクエストされたとき、ふだん
作る量より多いこと、ママ友に食べてもらう緊
張からまったく味が決まらず…。料理下手と思われ
たに遠い思いです。トホホ。(みそみそさん)

会話が途切れるほどの…

硬いお肉など、かむのに時間がかか
る料理はNG! 会話が止まって気
まずくなりました。(山口玲さん)

ゲストが知っておきたい
5つのポイント

1. 役割分担を決める

料理が重ならないように分担を。ア
レレギーや苦手なもの、だいたいの
予算も共有しておくといいですね。

2. 冷めてもおいしいものを選ぶ

ホスト宅での調理は極力ひかえた
いもの。冷めてもおいしい料理を選
びましょう。温め直しなどが必要
な場合は、あらかじめ伝えておきま
しょう。

3. そのまま出せる入れ物で

そのままテーブルに出せる形で持っ
ていけば、ホストにお皿を借りる手
間は省けます。

4. 手をのびしやすい形に工夫

分けやすい、ひと口で食べられるな
どの料理は、思わず手がのびます。

5. 片付けはみんなで協力

ホストを疲れさせない思いやりが、
次のパーティーにつながります。

3色豚肉ロール

テーブルが華やかお肉のごちそう。
フライパンで作れるから、見た目よりずっと簡単にできます

【材料】

- 豚ロースしゃぶしゃぶ用...200g
- 豚ひき肉...300g
- たまねぎ...1/2個
- いんげん...6~9本
- 赤ピーマン...1/2個
- ペビーチーズ...3~6個
- 小麦粉...適量
- 塩・こしょう...各適量
- 菜種油...大さじ1
- A (シンジャーソース)
りんご(すりおろす)...1/6個
しょうが(すりおろす)...大さじ1
しょうゆ・みりん...各大さじ3

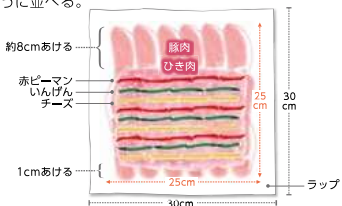
「くさみがなくて
やわらかい！」
と好評



「産直豚
ロースしゃぶしゃぶ用」
200g
538円(税込・標準価格)
12月3日に登場

【作り方】

- いんげんはヘタを取り、赤ピーマンとチーズは1cm幅の棒状に切る。ひき肉に塩・こしょうし、練っておく。
- みじん切りにしたたまねぎをよく炒め、粗熱がとれたらひき肉に混ぜ合わせる。
- ②のようにラップの上に豚肉を重ね、塩・こしょう、小麦粉をふって②のひき肉を広げ、野菜、チーズをひき肉におしつけるように並べる。



- ラップを巻き込まないように手前から肉をしっかりと巻き、巻き終わったら外側にも塩・こしょう、小麦粉をふる。
- フライパンに菜種油を熱し、④の巻き終わりを下にして肉がはげないように焼く。
- 巻き終わりがしっかりと焼けたら転がし全面に焼き色をつけ、ふたをして15~20分弱火で焼く。火を止めふたをしたまま10分ほどおく。
- 肉を取り出し、フライパンの余分な脂をペーパータオルでふき取り、Aを入れてひと煮立ちさせソースを作る。冷ましてから輪切りにすると崩れにくい。

参考図書: 『持ちよりゴハン』ダンノ マリコ / (株) 学研プラス

5名様 レシピ本

『持ちよりゴハン』プレゼント

「持ちよりパーティー」でみんなに喜んでもらえる料理と、運び方、盛り付けのコツを紹介した本『持ちよりゴハン』(ダンノ マリコ著 / (株) 学研プラス)を5名様 にプレゼント。
応募は15ページのおたよりカードに「レシピ本希望」と書くか、パルシステム東京H.P.の「わいわい」応募・投稿サイトから。



※当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

編集室より

いかがでしたか? 「また持ってきて!」と言われる、自分の定番が増やせたら楽しいですね。
年末年始、パルシステムのカタログにはこの時期ならではのパーティー向け商品も数多く紹介されます。お見逃しなく。

ベーコンとほうれん草のキッシュ

ホールでもっていきけるキッシュは、見映えもよく人数に合わせてカットできるからおすすめです

- #### 【材料】(20cmのタルト型)
- 冷凍パイシート...2枚
 - ブロックベーコン...70g
 - たまねぎ...1/2個
 - ほうれん草...100g(1/3束)
 - 卵...2個
 - 生クリーム・牛乳...各50ml
 - シュレッドチーズ...60g
 - マヨネーズ...大さじ1
 - オリーブオイル...適量
 - 塩・こしょう...適量
 - 小麦粉(打ち粉用)...適量

これさえあれば
パイ料理も
お手のもの



「パイシート」
4枚300g 430円(税込・標準価格)
12月3日(コトコト)は特価で登場

【作り方】

- パイシートは常温で解凍し、打ち粉をして長い辺を約1cm重ね2枚並べて麺棒で伸ばす。タルト型にしっかりと敷き詰め、底にフォークで穴をあけ冷蔵庫で冷やす。
- ベーコンは厚めの短冊切り、たまねぎは薄切りにする。ほうれん草をゆがいて絞り、約4cmに切る。
- フライパンにオリーブオイルを熱し、ベーコン・たまねぎ、ほうれん草を炒め、冷ましておく。オーブンは200℃に温める。
- ボウルに卵を割り入れ、生クリーム、牛乳、塩・こしょうを入れてよく混ぜる。
- ①のパイシートにマヨネーズを薄くぬり、③を入れ、シュレッドチーズを散らし、④を注ぐ。200℃のオーブンで25分焼く。

Point

持ち運びは、型ごとアルミホイルで包み、お皿にのせて、風呂敷などの大きな布で包む。



サングリア

適当な大きさに切ったりんごやバナナ、柑橘類など好きなフルーツに赤ワインを注ぎ、シナモンとはちみつを加えて一晩おきます。密閉できる麦茶ポットを使えば持ち運びもラク! 松本奈々さん



さつまいもとりんごとレーズンの甘煮



いもとりんごをひと口大に切ってレーズンとほんの少しの塩と「花見糖」を加えて煮るだけ! そのままでもおいしいし、アイスクリームを添えても! あまからさん

グリル野菜のひじきマリネ



根菜やかぼちゃなどの野菜をオープンやグリルで焼く。にんにくとひじきを菜種油で炒め、しょうゆで味付け。そこへグリル野菜を絡め、最後にお酢を少し加えます。ちょっとしたサイドメニューに持っていくことが多いです。あこちゃんママさん

組員 おすすめレシピ

「わいわい」のネットアンケート「突然の持ちよりパーティー! 何を持ってく?」に寄せられたレシピをご紹介します

Welcome

牛乳寒天



鍋にくだもの以外の材料を入れ火にかけて、溶けたら火を止める。容器にくだものを並べ、粗熱がとれた寒天液を流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。フルーツをたくさん入れるとキレイです。このぶちゃん

- 牛乳...1ℓ
- 砂糖...120g
- 粉寒天...8g
- くだもの...適量

Party!

さば寿司



パルシステムの『しめさば』を解凍しておく。酢飯をさばの身の上に棒状に盛り、まきずきでしっかりと巻いてさば寿司を作り出す。酢飯にはごまや刻んだガリを混ぜてもおいしいです。カットして1本まるごとラップで包み、手ぬぐいに入れて持っていきます。ベリーちゃん

スティック野菜と味噌マヨディップ



こってりしたものが多いがちなので、サッパリしたサラダを持っていきます。きゅうりやミニトマト、パプリカをスティック野菜にして、味噌マヨ(割合は1:1)でディップして食べるとおいしいです。久嶋真由さん