

マッサマンカレー（5～6人前）

【材料】

- ・鶏肉（もも肉でもむね肉でもなんでもよい）… 3～4枚
- ・ジャガイモ… 5～6個
- ・ルー（マッサマンカレーの黄色いカレールー）… 1缶
- ・水（ルーをのばす用）… 200CC程度
- ・水… 400～500CC
- ・ココナッツミルク… 1缶（量は調整すること）
- ・白砂糖（タイのきび砂糖のほうがよい。白砂糖でもよい）… 大さじ1
- ・油… 適量
- ・ナンプラー… 大さじ2～3
- ・味の素… 小さじ1
- ・米
- ・マッサマンカレーのもと（業務スーパーで購入）… 230～250g
- ・赤いラー油（彩りに）… 大さじ1 辛くなく見た目がきれい

【作り方】

ジャガイモ、鶏肉を大きめに切る

鍋に火をかけ、油をひき、ルーを炒める。ルーを炒めた後、水200CCを入れルーをのばす。水は3回ぐらいに分け、少しずつ入れる。中火で焦げつかないようにまぜながらあたためる。

鶏肉を に入れる。最初にすぐ混ぜない。しばらくしたら全体にルーをなじませる。あまりかき混ぜないこと。野菜、ココナッツミルクは最後に入れる。日本では野菜を先に炒めるが、タイでは野菜は最後に入れることが多い。

肉にルーがなじんだら、400～500CCの水をいれ、鍋の蓋はしない。あまりかき混ぜないこと!!

一煮立ちしたら、ジャガイモをいれる。

砂糖大さじ1、味の素小さじ1、ナンプラー2～3回回し入れる。

ジャガイモが煮えたら、ココナッツミルクを1缶入れる。

仕上げに、彩りに赤いラー油を1まわし入れ完成。



クイツィアオ（フォー） （5～6人前（スープは25人前））

【材 料】

- ・ライスヌードル… 1袋
- ・スープ（25人分）

鶏ガラ2～3個、ダイコン1本、タイの鶏ガラスープの素（なければ日本のガラスープ）、タイの醤油、八角、シナモンスティック、タマネギ2個、パクチー（根っこの部分）、塩（少々） シナモンスティックはお好みで入れる。

- ・もやし…お好み
- ・パクチー（細かく刻んでおく）…お好み
- ・セロリ（または小ネギ）（細かく刻んでおく）…お好み
- ・鶏肉（挽肉、牛肉なんでもよい）…今回は使いませんでした。

【薬味】

砂糖、赤唐辛子、酢唐辛子、砕いたピーナッツ、ナンブラー

【作り方】

大きめの鍋に水をはり、鶏ガラ3個、大根1本、タマネギ2個、八角3～4つ、パクチーの根っこ10本程度を煮る。（大根は皮をむき、5cm幅にきる。タマネギと八角は蒸し布で包み鍋に入れる。パクチーの根っこはタイでは必須）煮立ってくるとアクが出てくるので、アクを取る。

ライスヌードルをぬるま湯でもどしておく。（60分くらい）

1時間くらい煮込んだ後、タイの鶏ガラスープの素、タイの醤油、味の素を加える。塩をいれて味をととのえる。（塩は最後です!!）

ライスヌードルともやしをさっと熱湯にとおして器に盛り、スープを注ぐ。お好みで刻んだパクチーやセロリ、鶏肉、薬味（砕いたピーナッツ、酢唐辛子など）を入れて楽しむ。

大根が透き通ったらスープは完成です。（長時間煮込むことができるのであれば、1日かけて作ることもあります。）



コーン入り タピオカココナッツデザート (5～6人前)

【材 料】

- ・タピオカ(白・緑) 40～50g
- ・水
- ・ココナッツミルク…1缶
- ・白砂糖 250g
- ・塩(少々)
- ・コーン…1缶(汁も使います)



【作り方】

水1 を沸騰させる。

タピオカを少しずつ鍋に入れ、この時タピオカが焦げつかないように木べらで常に混ぜながら煮ていく。火は中火。 一気に入れると鍋底で焦げついてしまうので少しずついれる。必ず熱湯で煮ていくこと!!

タピオカが白色から透明に変わり、中心に白色が残る程度までかき混ぜながら煮ていく。 全て透明になってしまうとモチモチ感がなくなってしまう。また、水は適宜足し入れること。今回は200ml足し入れた。

一旦火からおろし、コーン1缶(汁ごと)、水200ml、砂糖250gをいれ、再度火にかける。

砂糖が溶けたらココナッツミルク1缶を入れる。砂糖は少々。完成。

食べる時に氷を入れて、冷たくして食べても美味しいそうです。

