

green

ほうれん草ソース

- ・ほうれん草ソース
- ・マヨネーズ
- ・チーズ
- ・のり
- ・かぼちゃディップ
- ・チョコペン(製菓用)



ほうれん草ソースレシピ

● 材料 (ジャム瓶1瓶分)

- ・ほうれん草 3株
- ・牛乳 50cc
- ・バター 10g
- ・薄力粉 大さじ1.5
- ・水 50cc
- ・粉末コンソメ 3g
- ・塩・こしょう 少々
- ・生クリーム 大さじ2

● 作り方

- ① ほうれん草を茹でて水を切り、牛乳と一緒にフードプロセッサー又はミキサーにかける
- ② 火で熱したフライパンにバターを溶かし、小麦粉を入れ、粉っぽさがなくなるまでよく練る
ダマがなくなったら水とコンソメを入れ、滑らかに混ぜる
- ③ ①②のフライパンに①を入れ、生クリーム、塩・こしょうを入れ、フツフツとソースが波打つまで絶えず混ぜ続ける

● ひとこと

- ①のほうれん草は明るい緑色ですが、③で鮮やかな緑色になります。鮮やかな緑色になったらできあがり。色の変化をお楽しみください。
- 野菜のペーストは食べる前にトーストするのがおすすめですが写真を撮るのは焼く前の方が鮮やかです。

*ハッシュタグをつけて twitter、Instagram に投稿しよう！ #おうちこらぼらぼ #AbstractButter

*このプログラムは、2018年に当センターで実施した益永梢子ワークショップ「Abstract Butter」を、家で楽しめるようにアレンジしたものです。SNSに投稿された様子は作家や当センターの広報資料として使用する場合があります。

©2020 益永梢子 × 水戸芸術館現代美術センター