



**新発見!**

# おいしい 奈良

Vol.59

奈良の食材を使ってご家庭でできる  
レシピをお届けします。



なら食と農の魅力創造  
国際大学校 (NAFIC)  
中川 徳康 先生

## 奈良の香りたっぷりのオーブン焼き

### 材料 (4人分)

- 柿 …………… 小4個
- 大和肉鶏 (胸肉) …………… 1枚
- オリーブオイル …………… 30ml
- 黒酢 …………… 30ml
- 辛口白ワイン …………… 30ml
- 白みそ …………… 30g
- マヨネーズ …………… 40g
- プレーンヨーグルト …………… 60g
- 奈良漬 …………… 30g
- 結崎ネブカ …………… 40g
- ショウガ …………… 5g
- ニンニク …………… 1/2片
- ゆで卵 …………… 2個
- いりごま …………… 小さじ2
- カレー粉 …………… 小さじ1/2
- 塩・こしょう …………… 少々
- セルフィーユ (チャービル) …………… 適量

### 作り方

- ① 柿は皮をむいて2cmの大きさに切る
- ② 鶏肉は皮を下にして2cmの大きさに切り、塩・こしょうをする
- ③ フライパンにオリーブオイルを熱し、②を焼き色が付くまで炒める。①を加えて軽く炒め、黒酢と白ワインを入れて水気がなくなるまで煮詰める
- ④ ボウルに白みそ・マヨネーズ・ヨーグルト・5mm角に切った奈良漬・薄切りにした結崎ネブカ・みじん切りにしたショウガとニンニク・刻んだゆで卵・いりごま・カレー粉を加えてよく混ぜ、③をあわせて塩・こしょうで味を調べ、さらによく混ぜる
- ⑤ 耐熱容器に④を入れ、200℃のオーブンで焼き色を付け、焼きあがったらセルフィーユ (チャービル) を飾って完成!



子どもの頃から料理が好きでNAFICに入学しました。NAFICでは料理だけでなく、農業や経営・マネジメントなども勉強しています。また、併設するオーベルジュでは「サービス」についての実習もあります。将来は地元の桜井に、奈良の食材を生かしたお店を出したいです。



フードクリエイティブ学科  
2年 高井 耀仁 さん

一次募集出願期間

**10/2~31 (必着)**

## 平成30年度 なら食と農の魅力創造国際大学校学生募集

「食」×「農」の新しい学びで、ワンランク上のシェフ・農業経営者を目指そう!

【定員等】 フードクリエイティブ学科・アグリマネジメント学科ともに20人/2年制

【願書請求】 HPの資料請求フォームから請求、または各学科窓口で配布中。

【出願方法】 出願用封筒 (願書に添付) で願書記載の出願先へ。郵送の場合「簡易書留」で送付。

🌐 [www3.pref.nara.jp/nafic/](http://www3.pref.nara.jp/nafic/)



問 フードクリエイティブ学科  
〒633-0044 桜井市大字高家2217  
☎ 0744-46-9700



問 アグリマネジメント学科  
〒633-0046 桜井市大字池之内130-1  
☎ 0744-47-3430