

# Omelette de la mère Poulard, sauce aux champignons

ブラールおばさんのオムレツ きのことソース

## オムレツ

○材料（主菜で2人分）

全卵（M）	4個
牛乳	大さじ2
塩	小さじ半分
焼き用オイル （癖のないもの）	適量

## ○作り方

1. ボウルを2つ用意し、一つに卵白、一つに卵黄を分け入れる。卵黄の方はよく混ぜ、牛乳、塩を入れて混ぜておく。
2. 卵白は泡立てる。8分程度
3. 卵白を少し取り、卵黄の方に入れて混ぜたら卵白のボウルにすべてを移す。混ぜすぎないようにふわっと混ぜる。
4. フライパンにオイルを熱し、弱火にして3の半量を流し入れふたをして1分半ほど表面が乾くまで焼く。半分に折りたたんで再度ふたをして20秒ほど焼く。残りも同じようにもう一枚焼く。

## きのことソース

○材料

乾燥きのこ	g程度
舞茸	半パックくらい
マッシュルーム	3個程度
エシャロット（みじんぎり）	大さじ1
にんにく（みじん切り）	小さじ1
オリーブオイル	大さじ1程度
白ワイン	90cc
きのこ戻し汁	100cc
生クリーム	100cc
フォンドヴォー（粉） （省いてもオッケイ）	小さじ1
バター	小さじ2
塩、胡椒	適量

## ○作り方

乾燥きのこは軽く洗って100cc程度の水につけ2、3時間置いておく（前日から準備したらベター）

1. 舞茸、マッシュルーム、戻したきのこはなるべく細かくみじん切りにする。
2. フライパンにオリーブオイルを温め、軽く塩をして①を炒める。水分が飛んで来たらエシャロット、ニンニクをいれ、炒める。
3. ②に白ワインを入れてよく煮詰めたらきのこの戻し汁をいれて温め、沸騰後1分くらいしたら弱火にして生クリーム、フォンドヴォーを入れてあたためる。最後にバターを溶かし入れる。塩、胡椒で味を調える。

\* エシャロットがなければ玉ねぎでもオッケイです

