

無水キーマカレー

～ザ・ココットを使って無水調理～

<材料> 4～5人分

合い挽き肉	300g	オリーブ油	大さじ1	
玉ねぎ	1個(250g)	B {	シナモンパウダー	小さじ1/4
しょうが	50g		クミンシード	小さじ2
にんにく	1片		カレー粉	大さじ1
グリーンピース	55g(小1缶)		コリアンダーパウダー	小さじ1
レーズン	50g		カルダモンパウダー	小さじ1
アーモンド	35g			
A {	トマトピューレ	100cc	ナンまたはターメリックライス	
	プレーンヨーグルト	大さじ4		
	塩	小さじ1		
	こしょう	適量		
	塩・こしょう	各少々		



<作り方>

1. 玉ねぎ・にんにくはみじん切り、しょうがとアーモンドは粗みじん切りにする。
2. ボウルに合い挽き肉とAを入れて菜箸で混ぜる。
3. ザ・ココットにオリーブ油を入れ、1とグリーンピース・レーズンを加える。
その上に2を広げてのせる。
4. 3にBをちらし、蓋をしてコンロにのせ、【自動調理をスタート】ボタンを押し、
点火する。
5. 4が煮込み終わったら、全体を混ぜて塩(分量外)で味を調べ、器に盛る。
お好みでナンやターメリックライスを添える。

<MEMO>

- ・自動調理 66分
- ・ターメリックライスの作り方
米2合を研いで水気を切り、炊飯鍋に入れ、水420ccを加えて30分以上浸水させる。
ターメリック小さじ1・塩小さじ1/4を加えて混ぜ、バター10gをのせる。
炊飯モードで炊く。
または強火にかけ、沸騰したら弱火にして10分加熱し、火を止めて10分蒸らす。

ガーリックシュリンプ

～ココットプレートを使ってグリル調理～

<材料> 2人分

	殻付きえび	6尾 (150g)
A	にんにく (すりおろし)	1片分
	白ワイン	大さじ1
	オリーブ油	大さじ1
	しょうゆ	小さじ1
	塩	小さじ1/4
	こしょう	少々
	薄力粉	適宜
	バター	5g
	フライドガーリック	適量
	イタリアンパセリ	2本
	レモン	1/4個分



<作り方>

1. えびは殻付きのまま背に包丁で切り込みを入れ、背ワタを取ってさっと洗う。
2. ボウルにAを入れて混ぜ合わせ、1を加えて1～2時間漬け込む。
3. 2の水気を切って薄力粉をまぶし、プレートに並べ、蓋をする。
【自動調理をスタート】 ボタンを押し、点火する。
4. 焼き上がったらバターを加え、全体を混ぜてから器に盛る。
フライドガーリック・みじん切りにしたイタリアンパセリを散らし、
レモンを添える。

<MEMO>

- ・手動調理の場合、グリルプレートモードのタイマー設定【加熱9分 ⇒ 余熱1分】
- ・4人分 (2倍量) まで1度に焼けます

窯焼きチーズケーキ

～ダッチオーブンを使ってグリル調理～

<材料> ザ・ココット1台分

	ビスケット	120g
	無塩バター	80g
	クリームチーズ(生地用)	350g
A	サワークリーム	150g
	グラニュー糖	135g
	生クリーム	300cc
	卵(M)	4個
	レモン汁	大さじ3
	コーンスターチ	大さじ2
	サワークリーム(仕上げ用)	適宜
	お好みの果物	適宜



<作り方>

1. 土台を作る。ビスケットはビニール袋に入れ、めん棒などで細かく砕く。
ボウルに移し、湯煎で溶かしたバターを加えて全体がしっとりするまで混ぜる。
2. オーブンシートをザ・ココットよりひと回り大きいサイズにカットし、
四隅に切り込みを入れる。ザ・ココットからはみださないようにし、
四隅を折りながら容器に敷き込んだら、1を入れて上にラップを広げ、
上からぎゅっと押し固める。
3. 生地を作る。室温で柔らかく戻したクリームチーズとサワークリーム・
グラニュー糖をボウルに入れ、なめらかになるまでホイッパーで混ぜる。
4. 3に生クリームと卵を入れてさらに混ぜる。
全体が混ざったらレモン汁とコーンスターチを加えて混ぜ、
最後にゴムベラで混ぜ合わせる。
5. 2に4の生地を流し入れ、蓋をしてグリルに入れる。
【自動調理をスタート】ボタンを押し、点火する。
6. 焼き上がったら粗熱を取り、容器から取り出し、冷蔵庫でしっかり冷やす。
切りわけて器に盛りお好みでサワークリーム・お好みの果物を飾る。

<MEMO>

- ・自動調理50分
- ・手動調理の場合、ザ・ココットやココットダッチオーブンのモードで
タイマー設定【加熱 20分⇒余熱 30分】で加熱する。