

春です。お花見やピクニックにも…

赤レンズ豆とアスパラの チキンピタサンド

春
限定

3月～5月の限定で、久留米店
カフェにてお召し上がりいた
けます。単品350円、ミネス
トロネとのセットは830円。セッ
トでの販売は、11:30～15:00の
ランチタイムのみとなります。

【材料:4人分】調理時間の目安 約**2時間**

◎ピタパン／4枚分

- 強力粉……………200g
- 水……………120cc
- 塩……………3g(小さじ1)
- 砂糖……………5g(小さじ2)
- インスタントドライイースト…2g(小さじ1/2)
- オリーブオイル……………小さじ1

◎具材

- アスパラ……………4本(約80g)
- ゆで卵……………2個
- 鶏ミンチ……………150g
- レタス……………適量
- マヨネーズ……………大さじ4
- 赤レンズ豆……………乾燥30g
- 塩コショウ……………適量
- マスタード……………適量
- オリーブオイル……………小さじ1
- 塩コショウ……………適量

【作り方】

◎ピタパン

- 1 ボウルに強力粉、塩、砂糖、イーストを入れて軽くまぜる。
- 2 水を加えてこねていく。生地がまとまってきたら、オリーブオイルを加えてこねあげる。
- 3 生地を丸め、ボウルにラップをかけて発酵させる(発酵時間は室温によって変わります。目安は生地が1.5倍程度膨らむまで)。
- 4 生地を4分割して丸め、トレイに並べてラップ又はふたをして室温で10分ほど休ませる。
- 5 台に打ち粉をふり、生地を厚さ5mmの楕円形に麺棒で伸ばす。
- 6 5をトレイに並べ、ラップ又はふたをして室温で10分休ませる。
- 7 オープンに天板を入れ、250℃に予熱。生地を天板に並べたら、200℃で約7分焼く。
- 8 焼き上がったら、網の上のせて冷ます。

◎サンドする具材

- 1 アスパラは焼いて、1.5cmの輪切りにする。赤レンズ豆はかために茹でておく。
- 2 鶏肉とAを炒める。
- 3 ゆで卵の白身と黄身を分け、白身は細かく刻む。
- 4 2と全ての材料をボウルに入れ、マスタード、塩コショウで調味する。
- 5 ピタパンを半分にカットし、中にレタスを敷いて4を挟み出来上がり。



強力粉
ドナウ
1kg入
550円



アメリカ産
レンズマメ(赤)
150g入
450円

※表示価格はすべて税抜き価格です。



博多リバレイン店にも
ご来店をお待ちしています。
高砂屋を併設。
※カフェコーナーはありません。

〒812-0027 福岡市博多区下川端町3-1 博多リバレインモール1F
TEL 092-260-3816 FAX 092-260-3825
営/10:30～19:30 定休/博多リバレインモールに準じる

全国で初めての「穀物専門店」

国内外より厳選した約350種類の穀物を品揃え。穀物をより身近な食材として広めるために、キッチンスタジオを併設。「選ぶ楽しさ」「作る楽しさ」を提供できる店を目指しています。



KOKUMOTSUYA
MORIMITSU

ブリヂストン通り久留米店
〒830-0022 福岡県久留米市城南町5-30
TEL 0942-36-5928
FAX 0942-36-5938 営/10:00～18:00 定休/月

