

チキンパイ

～Chicken and Broccoli Pie～

材料

鶏むね肉	225g
ブロッコリー	125g
赤パプリカ	1/2 個
にんにく (すりおろし)	1片
シュレッダーチーズ	150g
マヨネーズ	1/2 カップ
粒マスタード	大さじ2
卵 (卵白のみ)	1 個
冷凍パイシート	1 パック



手順

- ① 鶏肉をオーブンで焼き、冷まして一口大に切る。
- ② ブロッコリー、パプリカを一口大に切り、①の鶏肉、すりおろしたにんにく、シュレッダーチーズ、マヨネーズ、粒マスタードと混ぜ合わせる。
- ③ 常温に戻したパイシートを三角形に切り、それを耐熱トレイの上に円状に並べて敷く。その上に②の具材を円状に乗せる。(※上部、下段の写真を参考)
- ④ パイシートの三角形の角で具材を包み込み、表面に卵白を塗る。
- ⑤ 190℃に予熱したオーブンで 25 分～30 分、パイにこんがり焼き色が付くまで焼く。



☆イギリスは「パイ生地」がたくさん！？☆

英語で「パイ生地」は『pastry』と言います。そして、イギリスでは、パイ生地と言ってもいろんな種類があり、パイに練り込んだ油の違いや食感の違いで、料理と合うパイ生地を使い分けます。今回使うのは、日本でも馴染みのバターを折りこんだクロワッサン生地のパイシートです。