

ウェルシュ・レアビット

イギリス伝統チーズ料理の代表ともいえる、ウェルシュ・レアビット。料理名の由来は、「諸説あり、定かではない」というのが定説。ウェールズに限らず、英国全土のパブやカフェのランチメニューでよく見かける一品です。普通のチーズトーストとは一味違った、イギリスらしい滋味深さがあります。

<材料 2 人分>

- チェダーなど伝統的なイギリスハードチーズ (130g、粗めに削りおろす) *
- 小麦粉 (小さじ 2)
- マスタード (小さじ 2)
- エールビール (60ml)
- ウスターソース (好みで小さじ 1~2)
- カイエンペッパー (適宜)
- 好みのパン 4 枚

1. 鍋に、チーズ、小麦粉、マスタード、ビール、ウスターソースを入れ、全体が均一なクリーム状になるまでゆっくり加熱する (沸騰させないように注意)
2. パンを軽くトーストする
3. 2に1をたっぷり塗り、オーブン皿に並べ、チーズソースに焦げ目がつくまでグリルする (220℃、約 5 分)
4. 好みでカイエンペッパーを振る。好みで、玉ねぎベースのチャツネを添えていただく

