



ハーブ塩 「塩で味付けされた言葉になるお塩」お料理レシピ



海老のハーブ塩パスタ

火をつけていない状態のフライパンに、オリーブ油 大さじ2、水 150cc、料理酒 150cc、海老 5尾 位を入れてから着火します。沸いてきたら「ハーブ塩」で味を好みにととのえて火を止めます。そこにパスタ 100g をアルデンテに茹でたものを入れて再び着火します。沸いてきたらパスタがスープを幾分含むような感じがかき混ぜ、味見しつつ「ハーブ塩」でととのえていきます。お皿に盛りつけてどうぞ。ポイントはスープが十分残った状態で仕上げる事、スープが無くなるとパサパサで台無しです。また「ハ

ーブ塩」で味付けする時も段階的にすることです。シーフードならなんでもOKですが、タラコスパにする時はタラコは最後に合わせましょう。

ハーブ塩でチキンシトロソ

鶏肉は料理酒をまんべんなく振って、臭み取りのため10分ほど置いておきます。キッチンペーパーで拭き上げて「ハーブ塩」を両面にしっかりめにつけます。油を敷き熱したフライパンに皮面から焼き、こんがり焼き目をつけて裏返し、蓋をして火を通します。仕上げにレモン半分を搾り掛け、全体に馴染ませ取り上げてカット、お皿に盛りレモンとベビーリーフを飾ってフライパンに残ったソースをかけるだけ。



イカのパーティー焼き

するめイカに「ハーブ塩」をして、フライパンにオイルを敷いて焼きます。食べやすく輪切りにしてお皿に盛り、鰹節、ネギ、あおさ海苔を振りかけただけ。タコやイカげそ、ロールイカでもOK。

白身魚のハーブ塩ポワレ

水 100cc に「ハーブ塩」2g を溶かし白身魚を30分以上漬けておきます。テフロン製のフライパンに油を敷き、魚を焼きます。きつね色が付いたら裏返して火を通し、無塩バターで香り付けしましょう。お皿に載せてベビーリーフを盛り付けて出来上がり。カレイでもヒラメでもスズキでも白身魚なら何でもOKです。





愛恋ドレ&ハーブ塩 お料理レシピ



炊き込みエビピラフ

洗わない米 2 カップ(400cc)、むきえび 10 尾、ベーコン 3 枚、玉ねぎ半分 ミジン切り、マッシュルーム 適当 無くても OK、コンソメ 2 個、無塩バター 30g、「ハーブ塩」小さじ 2(10cc)、水 500cc を厚手の鍋に入れて火にかけ、沸いてくるまで軽くかき混ぜながら味見します、足りないと思ったら「ハーブ塩」でととのえて、沸いたら蓋をして極弱火にて 20 分で出来上がりです。鍋は土鍋 やタッチオーブン やル・クルーゼなどが最適。写真は可愛く盛り付けたピラフに世界一簡単な卵料理フライドエッグ(揚げ油に卵をポンと割り入れて卵白が上がってきたら上げるだけ)をのせてハーブを飾りました。周りのソースはマヨネーズに「愛恋ドレ」をたらっと流れるくらいにチヨイ足してスプーンでシェフっぽくかけただけ。

ドエッグ(揚げ油に卵をポンと割り入れて卵白が上がってきたら上げるだけ)をのせてハーブを飾りました。周りのソースはマヨネーズに「愛恋ドレ」をたらっと流れるくらいにチヨイ足してスプーンでシェフっぽくかけただけ。

ホタテの美人サラダ仕立て

ボイル帆立に「ハーブ塩」をしてレンジで軽くチン。皿にわかめ、トマト、カットした帆立、飾り野菜を盛って「愛恋ドレ」をかけただけ。魚介なら何でも応用できます。



薄切りポークの簡単ソテー

オイルを敷いたフライパンで、ほうれん草でもレタスでもきのこ類でも炒めて「ハーブ塩」で味を軽くととのえてお皿に盛り、同じフライパンでお肉を焼いて「ハーブ塩」で味付けして野菜の上に載せて「愛恋ドレ」をかけただけ。鶏や牛スライスでも簡単。

鶏の"チン"してバンジー

鶏肉は料理酒をまんべんなく振って 5 分でも 10 分でも置いときます。臭み取りです。キッチンペーパーで拭きあげて「ハーブ塩」を両面にしてお皿に載せ、ラップして"チン"して火を通します。アツイので少し冷めてから適当に切ってお皿に盛って、上にキュウリでもトマトでもネギでも載せて「愛恋ドレ」をかけるだけです。おもてなしにぴったりのスペシャリテです。

