



ALE ONE オリジナルレシピ第1段

休日はこれで決まりのレシピ

【粒塩】 粒塩メープルアイス

【生塩】 鶏むね肉のカオマンガイ

【焼塩】 リコピンたっぷり生トマトパスタ

粒塩メープルアイス



いつものバニラアイスに、粒塩をトッピングします。

純粋天日塩の中でもまるやかな味わいの粒塩は、アイスとの相性も良く、表面にかけることで塩自体の美味しさも感じることができます。

<材料/2人前>

- ◆バニラアイスクリーム2個
- ◆トッピング：
 - ・メープルシロップ少々
 - ・粒塩少々
 - ・ミント2枚

<作り方>

- ①アイスクリームを器に盛りつけます。
- ②メープルシロップをかけます。
- ③お好みの量の“粒塩”を振りかけます。
- ④ミントを飾って完成です。

<ワンポイント>

アイスクリームディッシャーですくう際は、一度ディッシャーをお湯に入れてからアイスを触ると、綺麗に形作ることができます。



炊飯器で作るしっとり簡単 鶏むね肉のカオマンガイ



“にがり”を使い、お肉が柔らかく仕上がるカオマンガイです。
お肉のアク抜き効果があるので、鶏むね肉でも美味しく仕上がります。
鶏がらスープなしでも、塩のうま味で風味のあるご飯が炊けますよ。

<材料/2人前>

- ◆鶏むね肉1枚(350g)
- ◆生塩小さじ1 ◆酒大さじ1
- ◆(A)：米1.5合、水300ml
生塩小さじ1/2、ニンニク1かけ
ネギの青い部分、生姜1かけ
- ◆ソース：ネギ5cm程度
ナンプラー小さじ1、酢小さじ1
砂糖大さじ1、ごま油小さじ1
オイスターソース小さじ1、醤油大さじ1
トッピング：パクチー、きゅうり、トマト

<作り方>

- ①常温に戻した鶏むね肉にフォークで穴を開け、
酒→塩の順に塗り込む。
- ②炊飯器に(A)を入れ、炊く。
- ③ネギをみじん切りして調味料を合わせソースを作る。
- ④鶏むね肉を炊飯器から取り出してスライスする。
- ⑤お皿にご飯、④、トッピングを飾って完成。
お好みに③をつけて召し上がってください。

<ワンポイント>

塩を塗った後は、水分が出ないように
なるべく早く炊いてください。



リコピンたっぷり 生トマトパスタ



シンプルなトマトのパスタ。

トマト缶ではなく、フレッシュなトマトを使用することで、
焼塩の味わいある旨みが生きます。

<材料/2人前>

- ◆パスタ160g
- ◆プチトマト10個
- ◆オリーブオイル大さじ3
- ◆焼塩小さじ1
- ◆ニンニク1かけ
- ◆バジル ◆胡椒少々

<作り方>

- ①パスタを茹でる。
- ②フライパンにオリーブオイルを敷き、ニンニクを入れる。
- ③ふつふつと音がしてきたら、
半分に切ったプチトマトを加え、しっかりと加熱する。
- ④茹でたパスタをフライパンに入れ、塩を加えて混ぜる。
- ⑤器に盛り付け、バジル、胡椒をかけたら完成。

<ワンポイント>

プチトマトはしっかりと火入れすると、
酸味が抜けて甘味が強くなります。

