

2018年1月24日

日向牧場のチーズ&お野菜のレシピ

カプレーゼ

<材料&作り方>4人分

モzzarellaチーズ/100g ミニトマト/8個 バジル/少々

①(ハチミツ/大1 オリーブオイル/大4 酢/大1 塩/少々 黒胡椒/少々)

- ① モzzarellaチーズはサイコロ状にカットする。
- ② ミニトマトは1個を4等分する。
- ③ ①を合わせる。
- ④ ①②を①で和え、薄くスライスしたバゲットにのせバジルを添える。

ブルチーズとリンゴのサラダ

<材料&作り方>4人分

リンゴ/1個 ルッコラ・ベビーリーフ・サラダホウレンソウなど/適量

ブルチーズ/50g ナッツ(クルミ、アーモンド等)/適量 レモン汁/少々

①(ハチミツ/大1 オリーブオイル/大4 酢/大1 塩/少々 黒胡椒/少々)

- ① ①を合わせる。
- ② ナッツは軽く煎っておく。
- ③ リンゴは1.5等角に切りレモン汁をかける。チーズも同じ大きさに切る。
- ④ 野菜は洗って食べやすい大きさに切り水気をきる。
- ⑤ ボールに材料を全部入れ①のドレッシングを加え混ぜ合わせる。

チーズのピッツア

<材料&作り方> 約20cm生地1枚分

ピザ生地(市販)/1枚 チーズ(モzzarellaチーズ・ブルチーズ等)/適量

黒胡椒/適量 オリーブオイル/適量

- ① オーブンを250℃で予熱する。
- ② ピザ生地にオリーブオイルを薄く塗り、チーズを広げオーブンで焼く。
- ③ 黒胡椒をふりカットする。

ぱりぱりチーズ焼き

チーズ(フォルツァ)／60g 黒胡椒／適量

- ① 樹脂加工フライパンにすりおろしたチーズを広げ弱火にかける。
- ② チーズが溶けてきたら黒胡椒をのせ、きつね色になるまでゆっくり焼く。

ポテトのホウレンソウソースグラタン

<材料&作り方>4人分

ホウレンソウ／100g 長ネギ／100g シーフードミックス／150g

ジャガイモ／2個 小麦粉／大2 バター／40g 牛乳／200cc チーズ／80g

塩・胡椒／適量

- ① 長ネギは縦半分に切ってから斜め薄切りにする。
- ② ホウレンソウは洗ってから茹で、水気をしっかり絞り3等長さに切り、2/3量を牛乳と一緒にミキサーにかけピューレ状にする。
- ③ フライパンにバターを入れてから火をつけ溶かし、長ネギ、シーフードミックスホを炒め、小麦粉を振り入れて全体を良く馴染ませる。
- ④ ③にホウレンソウのピューレを加え、塩・胡椒で味を調える。
- ⑤ 一口大にカットしレンジで加熱したジャガイモを加える。
- ⑥ 耐熱容器に入れチーズをのせオーブントースターで7～8分焼く。

サトイモ&ブルチーズソース

<材料&作り方>4人分

サトイモ／4個 ブルチーズ／40g 牛乳／15cc 生クリーム／15cc 黒胡椒／適量

- ① サトイモは洗ってから皮目に切り込みを入れ蒸し器で蒸す。
- ② チーズ、牛乳、生クリームを鍋に入れ弱火にかけ混ぜ合わせる。
- ③ サトイモの皮をむき、食べやすい大きさに切り、②のソースをかけ黒胡椒をふる