




◆ チーズとハーブ

チーズとハーブの組み合わせは、チーズのコクにハーブの香りと清涼感をプラスするだけでなく、織り成す美味しさも楽しめます。また消化を助ける働きもあります。

- ローズマリー セミハード系にもありますが特に山羊(シェーブル)との相性が抜群。
- ディル、バジル フレッシュタイプの特徴チーズやモッツァレラに爽やかな香りが良くあいます。オリーブオイルとの相性も良いので一緒にサラダやサンドイッチ等におすすめです。
- ペパーミント 清涼感が特長の人気のハーブです。ブルーチーズやウォッシュタイプ等の個性の強いチーズを食べた後に有効です。

● 旬の野菜やフルーツと一緒にチーズを

●ブルーベリー
最近とても人気の高いフルーツです。チーズに足りない栄養素であるビタミンCや食物繊維を多く含み、体内塩分を排除してくれるカリウムも含まれています。青紫色の色素である『アントシアニン』は視力を向上させるほか、眼精疲労にも効果があるといわれています。表面に白い粉がふいているものほど新鮮です。どんなチーズにも比較的相性が良いのですが、特にフレッシュタイプや白カビタイプとの組み合わせがおすすめです。

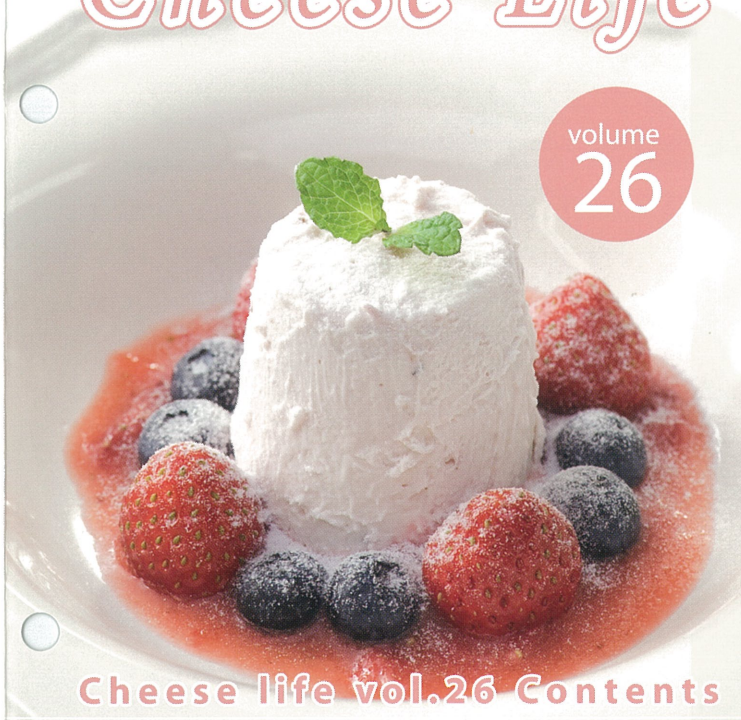
- チーズにまつわる色々な情報が満載です●
ホームページもご利用ください。
<http://www.chesco.co.jp>
新商品情報や季節にあわせたレシピもご紹介しています。

発行: チェスコ株式会社
〒160-0003 東京都新宿区本塩町13番地
お客様相談室 ☎ 0120-014-472

 チェスコ株式会社

Cheese Life

volume
26



Cheese life vol.26 Contents

ブルサンペッパーとブロッコリーのペンネ
アメリカンクリームミックスベリーのパルフェ
チーズとハーブ
旬の野菜やフルーツと一緒にチーズを「ブルーベリー」

●ブルサンペッパー

香りの良いブラックペッパーを加えたクリーミーで芳香豊かなフレッシュチーズ。ノルマンディ産の濃厚なミルクよりつくられました。開発者である『フランソワ・ブルサン』の名より命名されました。



チーズとあう食材 バゲット、ワイン

材料(2人分) ブルサンペッパー…1/2個(75g) 生ハム(プロシュート)…2~3枚(30g)
 ペンネ…150g (ブロシュート)…2~3枚(30g)
 ブロccoli…1/2株 塩…少々
 牛乳…1/2カップ

ブルサンペッパーとブロッコリーのペンネ



Boursin Pepper

エネルギー534kcal

👉 作り方
調理時間15分

- 1 ペンネは塩(分量外)を加えたたっぷりの熱湯でゆで、ゆで上がり1分前に小房に分けたブロッコリーを加えゆでる。
- 2 鍋に牛乳とブルサンペッパーを加え、なめらかになるまで弱火で2~3分加熱する。
- 3 2)に1)を加えからめ、生ハムをちぎりながら加えてひと混ぜする。

●アメリカンクリーム ミックスベリー

なめらかな食感と甘酸っぱい3種類のベリー(ストロベリー、ラズベリー、ブラックベリー)の絶妙なハーモニーがお楽しみいただけます。バーグルやクラッカーとご一緒に。

アメリカンクリーム
ミックスベリーのパルフェ

チーズとあう食材

ビスケット、
コーヒーや紅茶

材料

直径6 cm×高さ5.5cmプリン型…7個分

アメリカンクリーム
ミックスベリー…1個(227g)
いちごジャム…50g
レモン汁…小さじ2
キルシュワッサー…小さじ2
生クリーム…200cc
砂糖…20g
(粉ゼラチン…2.5g
水…小さじ2
いちご、ブルーベリーなど
お好みのフルーツとミント…適量



American Cream Mixed berry

エネルギー168kcal

👉 作り方
調理時間20分
(冷凍時間除く)

- 1 ゼラチンを分量の水にふり入れ、ふやかしておく。小鍋に移し、弱火でゼラチンを煮溶かし砂糖を加え、粗熱をとる。
- 2 ヘラ等で柔らかく練ったアメリカンクリームミックスベリー(1)とレモン汁、キルシュワッサーを加え、混ぜ合わせる。
- 3 2)に八分立てにした生クリームを加え混ぜ合わせる。プリン型に流し、冷凍庫で冷やし固め、フルーツとミントで飾る。