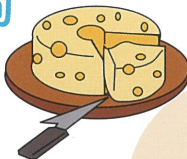


## チーズと旬



意外と知られていませんが、チーズには野菜や果物のように旬があります。1年中食べられるチーズもありますが製造時期が決まっているものも少なくありません。

山岳地帯の厳しい土地環境により夏に製造し、秋から冬に楽しむもの、山羊が子供を産む春の時期が一番おいしいシェーブルの旬など。とはいうものの、日本に入荷されるタイミングや、出会いのタイミングによりなかなかめぐり合うチャンスが少ないかもしれませんが、店頭にて、『今が旬』、『限定入荷』などの告知がありましたらぜひお試しください。

## ●旬の野菜やフルーツと一緒にチーズを

## ●ベビーポテト

春から初夏にかけて出回ります。ひとくちで手でもつまめる大きさが人気で自然な甘みを堪能できます。そのまま茹でるとツルツルと皮がむけて食べやすく料理にも重宝します。じゃがいもに含まれるビタミンCは熱にも強い上に壊れにくく、更にカリウムや食物繊維の量も豊富なので、チーズの足りない栄養素を補うことができます。世界にはチーズとじゃがいもを使った料理がたくさんあります。ぜひチーズと一緒にあわせてお召しあがりください。

## ●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

Recipe Book

チーズライフ・レシピブック NO.27

# Cheese Life

volume  
27

## Cheese life vol.27 Contents

カスクート  
クレムドサンタギュールのクールフォンデュ

チーズと旬  
旬の野菜やフルーツと一緒にチーズを「ベビーポテト」



CHESCO

## ●ブリークールドリオン

クリーミーでまろやかな口当たりです。いつでも食べ頃が味わえ、どなたにも好まれるフランスの大型白カビチーズです。フランスパンとブリーのサンドイッチはパリでは定番メニューです。



チーズとあう食材 バゲット、赤ワイン

材料(2人分) ブリークールドリオン…80g  
フランスパン…1本(200g)  
ハム…2枚(36g)      フリルレタス…2枚  
フレンチマスタード…小さじ2

## カ ス ク ー ト



*Coeur de Lion Brie* エネルギー464kcal

作り方  
調理時間5分

- 1 フランスパンは縦2つに切り、横に切り込みをいれ、片面にフレンチマスタードを塗る。
- 2 ブリークールドリオンは5mmくらいの厚さに切る。
- 3 (1)にフリルレタス、ハム、(2)をはさむ。

## ●クレムドサンタギユール

非常にクリーミーで滑らかな口当たりで穏やかな風味のブルーチーズです。ペースト状で冷蔵庫より出したばかりでも塗りやすい柔らかさ。青カビチーズ初心者の方におすすめです。



チーズとあう食材 ジャがいも、生野菜

材料(3人分) クレムドサンタギユール…1個  
ベビーポテト(茹でておく)…125g  
きゅうり…1/2本(50g)      ラディッシュ…6個(90g)  
ベビーキャロット…6本(40g)  
プチトマト…6個(108g)

## クレムドサンタギユールのクールフォンデュ



*Crème de Saint Agur* エネルギー198kcal

作り方  
調理時間5分

- 1 あらかじめ茹でておいたベビーポテト以外の野菜は洗い、食べやすい大きさに切る。
- 2 クレムドサンタギユールは空気を含ませるようにスプーン等で混ぜあわせておく。
- 3 (1)と(2)を盛り込み、野菜をつけながらいただきます。