

暑い時期に特におすすめのチーズ



1年を通して一番暑いこの時期、さっぱりと食べやすいフレッシュタイプのチーズに人気が集まります。

色が白っぽいものは涼しげに見えますし、加熱しないでお料理が作れるのも大きな魅力で、節電にも一役かってくれます。

献立に困ったときの1品に、チーズが大活躍します。

- トッピングやチーズのサラダとして
- オードブルや前菜に
- 冷製のデザートやおやつに

今月号では食欲の出にくいこの時期でも食べやすいメニューをご紹介します。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

●ラズベリー

日本名では「きいちご」、フランス語では「フランボワーズ」です。

実の色は赤(レッド)や黒(ブラック)があります。原産地域はヨーロッパで、多くはヨーロッパと北アメリカで栽培されています。日本ではまだあまり普及はしていませんが、風味と甘みと酸味のとれた味わいは特に若い女性に好まれています。

主にジャムや洋菓子、ハーブティー、リキュールに使われます。チーズのなかでもとりわけフレッシュタイプとの相性がよく、おいしさや彩りを添えるだけでなく、チーズに足りないビタミンCや食物繊維等の栄養素を補ってくれます。



- 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
42



Cheese life vol.42 Contents

クレメダンジュ
リコッタボン酢

暑い時期に特におすすめのチーズ
旬の野菜やフルーツと一緒にチーズを「ラズベリー」

●フロマージュブランイズニー 40%

フランス・アンジュ地方のクレメ(クリーム)という意味の伝統的なチーズケーキです。



クレメダンジュ

チーズとあう食材

ベリー系のフルーツ、ジャム

材料(直径5.5cm茶漉し 4個分)

フロマージュブランイズニー40%…100g
生クリーム…100g
卵白(L玉)…2個
グラニュー糖…40g
ラズベリージャム…小さじ4
キルシュワッサー…小さじ1/2

<下ごしらえ>

- 生クリームはグラニュー糖20gを入れ、八分立てになるように泡立てる。
- ボールの底を冷やしながら卵白を泡立て(グラニュー糖20gは3回にわけて加える)イタリアンメレンゲをつくる。

Crème D'anjou

エネルギー
235kcal/1人

作り方
調理時間20分

- 1 フロマージュブランイズニー40%に泡立てた生クリームを加え混ぜ、さらにイタリアンメレンゲを加え、泡が消えないように混ぜ合わせる。
- 2 茶漉しにガーゼを敷き、1)を入れ、ボール等の受け皿を置いたざるの上にのせラップをかけて一晩冷蔵庫で冷やしながら余分な水分をぬく。
- 3 茶漉しごと皿に伏せて取り出し、キルシュワッサーを加えたラズベリージャムを添え、ミントを飾る。

●リコッタガルバニ

後味に残る、こってりした食感があん肝風です。ポン酢を添えて。



チーズとあう食材 トマト、はちみつ

材料(3人分) リコッタガルバニ…125g 細ネギ小口切り…少々
きゅうり…1/3本 ミント、ワカメ…少々
しその葉…3枚 ポン酢しょうゆゼリー…小さじ3
※ポン酢しょうゆをゼラチンで固めたもの(市販のものでも可)



※電気やガスを使わないメニューです。

リコッタポン酢



Ricotta

エネルギー
109kcal/1人

作り方
調理時間5分

- 1 巻きすの上にサララップを敷き、リコッタガルバニをのせて直径2cmくらいの太さに巻き冷蔵庫で冷やしてから、2cmの巾に切る。
- 2 器にしその葉を敷き、千切りにしたきゅうりをのせ、その上に切ったリコッタガルバニを盛り込む。
- 3 ポン酢しょうゆゼリーと細ネギの小口切りをのせて、ミント、ワカメを添える。