

ベームスターEXオールドの ジャーサラダ ヨーグルトドレッシング



ベームスターEXオールド
Beemster Extra old

How to
Cook

作り方

調理時間 20分
エネルギー
416kcal/1人

材料 / 4人分 (ジャー2本分)

ベームスターEXオールド	120g		
にんじん	1/3本	A: プレーンヨーグルト	60g
鶏ささみ	2本	マヨネーズ	60g
きゅうり	1本	はちみつ	大さじ1
プチトマト	8個	レモン果汁	小さじ2
アボカド	1個	塩・こしょう	適量
サニーレタス	4枚		

- ① ベームスターEXオールドは薄くスライス、にんじんときゅうりは千切り、鶏ささみはレンジで加熱して手でさき、アボカドは角切りにしてレモン果汁(分量外)をまぶし、プチトマトは半分に切り、サニーレタスはちぎる。
- ② Aを混ぜて瓶の下にしき、にんじん、鶏ささみ、きゅうり、ベームスターEXオールド、プチトマト、アボカド、サニーレタスの順に詰める。
- ③ 食べる直前によくふつってお皿に出す。

※作り置きはせず、お早めにお召し上がりください。

チーズがもっと好きになる

CHEESE LIFE

58
volume



CHEESE LIFE VOLUME 58
Recipe 128 ズッキーニと茄子のスコットレッラ焼き
Recipe 129 ポークソテー きのこゴルゴンゾラピカンテソース
Recipe 130 ベームスターEXオールドのジャーサラダ ヨーグルトドレッシング

ズッキーニと茄子の スコッタレッラ焼き



スコッタレッラ
Scottarella



How to Cook

作り方

調理時間 20分
(焼く時間は含まず)
エネルギー
264kcal / 1人

材料 / 4人分

スコッタレッラ	200g	アンチョビフィレ	4枚
なす	2本	トマトソース(市販)	200g
ズッキーニ	2本	パン粉	適量
オリーブ油	大さじ4		
塩・こしょう	適量		
にんにく(みじん切り)	2片分		

- ① スコッタレッラは放射状にスライス、なすとズッキーニは輪切りにする。
- ② フライパンにオリーブ油大さじ2を引き、なすとズッキーニを強火で両面焼き、塩・こしょうをふって取り出す。
- ③ 同じフライパンに、にんにくとアンチョビを加えてヘラでアンチョビをくずしながら炒め、トマトソースを加え混ぜる。
- ④ 耐熱容器に③をしき、スコッタレッラとなす、ズッキーニを交互に並べ、オリーブ油大さじ2とパン粉をかけ、250℃のオーブンで10分焼く。

ポークソテー きのこゴルゴンゾラ ピカンテソース



ゴルゴンゾラ ピカンテ
Gorgonzola piccante



How to Cook

作り方

調理時間 20分
(焼く時間は含まず)
エネルギー
434kcal / 1人

材料 / 4人分

ゴルゴンゾラ ピカンテ	100g	にんにく(みじん切り)	2片
豚ローストカット用	4枚	オリーブ油	大さじ2
塩・こしょう	適量	牛乳	100cc
白ワイン	大さじ2	イタリアンパセリ	適量
しめじ	100g		
ホワイトマッシュルーム	100g		

- ① 豚肉に塩・こしょうをふり、1/2量のにんにくとオリーブ油を熱したフライパンで両面よく焼き、白ワインを加えたら蓋をして5分蒸し焼きで火を通し、取り出す。
- ② 同じフライパンに残りのにんにくと小房に分けたしめじ、スライスしたマッシュルームを加えて炒め、牛乳も加え、沸騰させる。
- ③ ゴルゴンゾラ ピカンテをちぎって加え、溶けたら少し煮詰める。
- ④ お皿に①を盛りつけて②をかけ、パセリを添える。