



太陽と潮風の香り 横浜あおみかんドレッシング の楽しみ方

横浜あおみかんドレッシングを一年中楽しんでいただけるように、
季節の食材と合わせた使い方を、ご紹介いたします。



<オイル入りタイプ>

生野菜のサラダには、オイル入りタイプがおすすめ！
野菜とよくなじむ味です。ニンジンや小松菜など、
辛みの少ない葉物野菜との相性がよいです。

● ● キヤロットラペ

オイル入りタイプを使ったキヤロットラペは特におすすめ。
塩をふってしんなりさせたニンジンと絞って、**横浜あおみかんドレッシング**
オイル入りタイプをかけてなじませておくらげ。
さっぱりとして、そしてニンジンの甘さが活きた味になります！



● ● グリーンサラダ

生野菜のサラダには、**オイル入りタイプ**がおすすすめです。
特に、小松菜やキャベツ、シタス菜などの辛みのない葉物、トアトや
ニンジンなどは相性が良いです。逆にルッコラやわさび菜などは、
辛みが増すので好みの方にはおすすすめかも！



● ● マリネ

切った野菜を漬けてお楽しみいただけます。とても簡単においしい
マリネができます。爽やかな酸味とほぐし白味がちょうどよいバランス
です。写真は「ニースマリネ」というアスキーの仲間のマリネ漬けます。
冬は、カラカラマーのマリネがー押しです！



● ● カルパッチョ

魚や野菜のカルパッチョにも、**オイル入りタイプ**または、**ノンオイルタイプ**に
お好みのオイルやスパイスを加えて回しかけたら、手軽にカルパッチョが
作れます。写真は大根と赤カブ、生ハムのカルパッチョです。
白身魚やローコストビーフなどもおいしく召し上がれます。



<ノンオイルタイプ>

ノンオイルタイプは、ドレッシングとしてはもちろんのこと、
お好みの調味料やオイル、スパイスなどを足して、
調味料のベースとしてもお使いいただけます。
春夏秋冬、季節の食材に合わせて、アレンジして
お楽しみください。

● ● 蒸し鶏や豚しゃぶにかけて

鶏ムネ肉を柔らかく蒸した蒸し鶏に、**横浜あおみかんドレッシング**
ノンオイルタイプをかけただけ。また豚しゃぶもおすすすめです。
さっぱりとして、いくらでも食べたいぞう！



● ● 生姜醤油をチヨイ足して焼き茄子に

ノンオイルタイプにおろし生姜とお醤油を足して、焼き茄子にかけてどうぞ。
"秋茄子は嫁に食わすな"ってくらい、美味しいですよ！



● ● チキンのハーブマリネト焼き

お料理の下味としても大活躍！
鶏肉を**ノンオイルタイプ**(または**オイル入りタイプ**)に漬けて、
オーブンで焼くだけ。(目安230℃で12-15分)
柔らかくジューシーな焼き上がりで、酸味の活きた、さっぱりした味の
チキンに仕上がります。



● ● 鶏の幽庵焼き

ノンオイルタイプと醤油、みりんを2：2：1の割合で混ぜた
幽庵ダレに30分漬けて、オーブンで焼きます。
(目安160℃で10～15分)
簡単でおいしい鶏の幽庵焼きのできあがりです。
冷めても美味しいのでお弁当にもおすすすめです。



アマンダリーナ®/奥井 奈都美 (おいなつみ)

ホームページ: <http://hamandarina.com/>
お問い合わせ先: mail@hamandarina.com

