



株式会社 大洋まほろ馬農場
Fresh Herb & Baby Leaf
茨城県神田市二重作1516 TEL:0291-34-5030

新鮮なハーブを生かして、風味豊かな料理を作りたい。そんな風に、料理の味を高めるには、新鮮なハーブの風味を生かすことが大切です。料理の味を高めるには、新鮮なハーブの風味を生かすことが大切です。料理の味を高めるには、新鮮なハーブの風味を生かすことが大切です。

新鮮なハーブの風味を生かすには、料理の味を高めるには、新鮮なハーブの風味を生かすことが大切です。料理の味を高めるには、新鮮なハーブの風味を生かすことが大切です。料理の味を高めるには、新鮮なハーブの風味を生かすことが大切です。

7種ハーブを使った 洋風ハーブの七草リゾット

[材料 (3~4人分)]

- | | |
|-------------------|------------------------|
| □ お米……1合 (150g) | (7種ハーブ) |
| □ ニンニク(みじん切り)…1片 | □ タイム……小さじ1(みじん切り) |
| □ 玉ねぎ(みじん切り)…1/4個 | □ セージ……3枚(みじん切り) |
| □ オリーブオイル…大さじ1 | □ レモングラス…2本(みじん切り) |
| □ 白ワインor日本酒…50cc | □ イタリアンパセリ…小さじ1(みじん切り) |
| □ 水……500cc | □ スイートバジル……2~3枚 |
| □ コンソメ…1個 | □ ペパーミント……数枚 |
| □ パルメザンチーズ…大さじ3 | □ オレガノ……数枚 |
| □ バター……15g | |
| □ 塩・こしょう…適量 | |

[作り方]

- ① フライパンにオリーブオイルを入れてタイム、セージ、レモングラスを入れて軽く炒めて香りを出す。
- ② ニンニク、玉ねぎを加えて透明になるまで炒める。
- ③ お米を加えて全体に火が通るまで炒める。
- ④ 白ワインまたは日本酒を加えアルコールを飛ばす。
- ⑤ 水とコンソメを加えて弱火で火が通るまで煮る。(約20分)
- ⑥ お米に火が通ったらパルメザンチーズ、バター、イタリアンパセリを加えて混ぜる。塩コショウで味を調える。
- ⑦ お皿にのせてスイートバジル、オレガノ、ペパーミントを飾り完成。



産地直送のハーブ畑から
フレッシュハーブ
アソートセットをお届け

*Fresh Herb
Assortment Set*



おすすめの食べ方



イタリアンパセリ

爽やかな香りと
鮮やかな色合いが特徴的



おすすめの食べ方



スイートバジル

ふっくらとした緑葉と、
甘くさわやかな香りが特徴



おすすめの食べ方



チャービル

繊細な葉、さわやかな香りと
ほのかな甘みの特徴



おすすめの食べ方



スペアミント

スツとした穏やかな
清涼感が特徴のハーブ



おすすめの食べ方



ディール

爽やかな香りとほろ苦さが
特徴の、セリ科のハーブの一種



おすすめの食べ方



ペパーミント

スーとした
クールな清涼感ある風味



おすすめの食べ方



ローズマリー

爽快で力強い香りが
特徴のハーブ



おすすめの食べ方



レモングラス

爽やかな
レモンのような香りが特徴



おすすめの食べ方



ベビーリーフミックス

癖の強い料理の
チエイサーに



おすすめの食べ方



パクチー

コリアンダーなどとも呼ばれ、
独特の強い香りが特徴



おすすめの食べ方



ルッコラ

ピリツとした辛味や
苦味の特徴



おすすめの食べ方



ビオラ

香りや目でも
楽しめるハーブ



おすすめの食べ方



ナスタチウム

香りや目でも
楽しめるハーブ



おすすめの食べ方



ペンタス

香りや目でも
楽しめるハーブ