

ス ペインのカタルーニャからイタリアサルデーニャに伝わった料理が原型です。基本的にはオマール海老とじゃがいもや野菜を一緒にマリネして食べる料理です。それを今回は「自然解凍ごろごろカット」を使ってアレンジしてみました。「自然解凍ごろごろカット」は、ボリュームがあり、彩りも美しく、この料理に映えます。

【材料】
スチームしたオマール海老…1尾 / 味噌(コライユ) …1尾分の量 / エキストラバージンオリーブオイル / 赤玉ねぎ スライス…30g / フルーツマト…5個分(サイズによる) / 「自然解凍ごろごろカット」…80g / カンタン酢™…少々 / オレンジピール&エキス…少々 / レモンピール&エキス…少々 / 塩
〈マリネ液〉
オリーブオイル…100cc / カンタン酢…少々 / オレンジピール&エキス・レモンピール&エキス…30cc / 塩

【作り方】
① オマール海老をスチーム。味噌は取り出し分けておく。
② ボウルにオマール海老、ごろごろカット野菜、スライスした赤玉ねぎ、カットマト、パセリを入れマリネ液を入れしばらく置いて味を馴染ませる。
③ マリネされたら盛り付け。
〈POINT〉
ごろごろ野菜は、半解凍後、塩0.8%、エキストラバージンオリーブオイル、オレガノでマリネしておく。



創作イタリア料理の老舗
イル・キャンティ
岡田宏一副社長もお奨め

カゴメ
冷凍イタリア産
グリン野菜



ミツカン
カンタン酢™



混ぜ込むだけで
カンタン・おいしいマリネメニュー!

創作イタリア料理で全国に53店舗を展開するイル・キャンティは、創業50年を超える日本でも有数の老舗イタリアンでもある。長年にわたる人気の秘訣はサラダドレッシングや真夜中のスパゲッティといった看板メニューを豊富に用意していることと、積極的に新しい食材やメニューに挑戦していることだ。同社メニュー開発の総責任者である岡田宏一副社長に、カゴメが今年新発売した自然解凍で使える「冷凍イタリア産グリン野菜自然解凍で使えるごろごろカット3種ミックス」(以下、「自然解凍ごろごろカット」)とミツカンのカンタン酢™を使って、創作イタリア料理を提案していただいた。「野菜を使ったメニューには力を入れています。加熱する手間いらずで使えるカゴメのイタリア野菜はとても便利。ミツカンのカンタン酢でマリネ解凍すると味わいもよく、かつ菌の増殖をおさえることもできる。安心してさまざまなメニューに活かせます」と称賛している。

岡田宏一副社長



ガーリック カチャトラ



ガーリックシュリンプとごごろカット野菜のアヒージョ



イタリア畑の野菜とピーズのニョッキ トリュフの香り



サーモンとイタリアごごろ野菜のマリネ

【材料】
骨付き4/3鶏 カンタン酢…大さじ1/ニンニク…1片/ローズマリー…1本/オリーブオイル/玉ねぎ…40g/アンチョビ…10g/「自然解凍ごごろカット」…80g/湯むきトマト…1個/レッドペッパーペースト…5g/カンタン酢…小さじ2/ガーリックソース…40cc/水…100/白インゲン(茹でてあるもの)40g/エキストラバージンオリーブオイル…適量/イタリアンパセリ…適量

【作り方】
① 骨付きチキンは1オープンに入れ、180℃で40分ローストする。
② オリーブオイルにローズマリーの香りを移す。
③ ローズマリー、ニンニクを香りをオリーブオイルに移す。
④ 玉ねぎを加えてソテーする。
⑤ 玉ねぎがしんなりしたら、アンチョビ「自然解凍ごごろカット」を加えてソテーする。
⑥ ローストした骨付きチキンを加える。
⑦ 白ワイン・カンタン酢を加え、軽く酸味を飛ばし香りをつけ味わいに奥行きを作る。
⑧ 水100cc、湯むきトマト1個を加えて強火で5分ほど煮る。

(POINT)
強火で水分を飛ばす。
⑧ トマトが煮崩れてとろみが付いたら、白インゲン豆を加え、仕上げにバージンオイルソースを乳化。
⑨ イタリアンパセリを飾って完成!
(POINT)
鶏は皮目はパリパリにする。
ごごろ野菜は解凍後、フライパンで水分を飛ばす。下味塩0.8%

ワイルドな感じに仕立てる熱々でボリューム感たっぷりのカチャトラ(漁師風料理)には、「自然解凍ごごろカット」がよく似合います。秋冬に旨味がまず骨付きのチキンを使いました。「自然解凍ごごろカット」は解凍後にフライパンで水分を飛ばすことによって、味が凝縮します。それをチキンと煮込むことで鶏の旨味を吸わていせませす。



「自然解凍ごごろカット」はもともとイタリア産野菜ならではの素材の味、食感があり、それがグリルされていることによって、香り豊かで美味しく仕上がっています。他にはないごごろとしたサイズ感もうれしいですね。加熱する手間を省き自然解凍で料理に活かせるのも、今の人手不足の時

代に大きな魅力です。自然解凍で使える安全性はカゴメさんならではの安心して使えるので、当社が展開しているホテル内店舗での朝食バイキングなどでの利用も考えています。
カンタン酢は初めて使いましたが、素晴らしいですね。旨味がすぐに出て使いやすい。煮きった白ワインを合わせると、日本人が好きな少し甘めのピアンコバルサミコになります。イル・キャンティは昔から和の食材やテイストを取り入れて来ました。トラディショナルなイタリア料理の精神を保ちつつ、出汁や酢といった日本の食材を使うことで、ちょっと角を取る、それは当社が何十年もやってきていることです。イタリア料理と和のテイストが遭遇した味わいはイタリア人にも喜んでもらっています。カンタン酢と出合えてメニューが広がります。

【材料】
有頭えび…2尾/片栗粉/ローストガーリックペースト/玉ねぎアッシュ/「自然解凍ごごろカット」…80g/アンチョビ…10g/ガーリックオイル…20g/オリーブオイル…100cc/イタリアンパセリ

【作り方】
① 有頭えびを背開きにし、背ワタを取り片栗粉をつけ数回洗う。
② 玉ねぎアッシュ、ローストガーリック、塩、オリーブオイルで15分馴染ませる。
③ バターを入れ有頭えびをソテーしレモン、塩で整える
(POINT)
海老は火を入れすぎると固くなるのでサッと。
④ オリーブオイルにアンチョビ、ガーリックオイルを入れて炒める。
⑤ 「自然解凍ごごろカット」を入れて中火でゆっくり煮込む。
⑥ 「自然解凍ごごろカット」のアヒージョが出来たら、上にガーリックシュリンプを乗せる。

(POINT)
ごごろ野菜は、半解凍後、塩0.8%、エキストラバージンオリーブオイル、オレガノでマリネしておく。

撮影はキャンティ・クアトロ・シェルクラブ
〒151-0073 東京都渋谷区笹塚1-50-1
Daiwa笹塚タワー 1F
TEL 03-3485-1122

【材料】
ピーズのニョッキ…100g/「自然解凍ごごろカット」…80g/トリュフペースト…20g/フォン・ド・ヴォライユ…70cc/バター

【作り方】
① バターで凍ったままの「自然解凍ごごろカット」をソテーし、塩で下味をつける。
② ニョッキを加える
③ 「自然解凍ごごろカット」とニョッキを合わせ、火を止めトリュフペーストを入れ乳化させる。
④ 仕上げにトリュフoil、イタリアンパセリをかける。

(POINT)
ごごろ野菜は解凍後、フライパンで水分を飛ばす。下味に塩0.8%

ピーズを使ったニョッキに「自然解凍ごごろカット」を合わせました。フォン・ド・ヴォライユでやさしい味わいに仕上げられています。トリュフとチーズのペーストを使って風味を出しました。この季節の香り満載の料理です。ニョッキの食感と大ぶりの「自然解凍ごごろカット」の味わいがよくマッチしています。

【材料】
サーモンスライス…4枚/「自然解凍ごごろカット」ピクルス…50g/オリーブ…2個/ケッパータルタルソース…適量/ディル…適量/ハーブサラダ…適量

【作り方】
① お皿にケッパータルタルソースを敷く。
② 「自然解凍ごごろカット」のピクルスをのせ、ハーブサラダ、オリーブとディル、サーモンスライスを盛り付ける。
※ケッパータルタルソースは、マヨネーズ玉ねぎアッシュ、ケッパー、生クリームをボウルに入れて和える。
※ピクルス液の材料
カンタン酢100g、水100g、塩ひとつまみ、ローズマリー1本、エキストラバージンオリーブオイル少々

自然解凍ごごろカット」を「カンタン酢」を使ってピクルスを作りました。サーモンを合わせることで、ピクルスの酸味、野菜の甘みや味わいが引き立ちます。下にはケッパーソースを敷いています。このソースの酸味も野菜の味を活かします。あくまでも、主役は野菜の1皿です。

グリル野菜を冷凍のまま、カンタン酢と混ぜ込み解凍するだけ



カゴメ 冷凍イタリア産グリル野菜 自然解凍で使える ごごろカット3種ミックス

地中海性気候で育った、彩り豊かなイタリア産野菜をノンオイルでグリルしうま味、甘味をギュッと濃縮。さらに自然解凍で使える利便性をプラスした。規格: 1kg×10



カゴメ 冷凍イタリア産グリル野菜 自然解凍で使える ざく切り4種ミックス

地中海性気候で育った彩り鮮やかな4種類のイタリア産野菜を具材感のあるサイズにカット、ノンオイルでグリルし、ミックス。料理に具材感・野菜の彩りを手軽に与えられる。加熱せずに、自然解凍で使える利便性をプラス。規格: 1kg×10



ミツカン カンタン酢™

これ一本で甘酢漬け、酢の物、お寿司、ピクルス、マリネ、肉料理など、いろいろなお酢メニューがカンタンに作れる調味酢。規格: 1.8L×6