

海の幸のクリーミーラザニエッテ



材料(3~4皿分 器の大きさで変わります)

・ オーマイ「ラザニエッテ・ホワイト」	1箱	・ 帆立貝柱	5個
・ 牛乳	200cc	・ むき海老	100g
・ 水	100cc	・ サーモン（1口大に切る）	100g
・ バター	大さじ 1	・ 塩、こしょう	適量
・ アスパラ（皮をむいて2cm長さに切る）	2本	・ とろけるチーズ	70g
・ 玉ねぎ（粗みじん切り）	1/4個		

作りかた。。。

* アルミのグラタン皿を5個分

1. フライパンにバターを溶かしアスパラ、玉ねぎを炒める。
2. サーモン、貝柱、海老を①のフライパンに加え、さっと炒める。
3. 別鍋に牛乳、水、「オーマイラザニエッテ・ホワイト」のラザニエを入れ、強火で加熱し煮立ったら中火にして、5分加熱する。
ラザニエが固まらないように箸でかき混ぜる。
4. ベースソースを加え全体を混ぜ合わせて温まるまでかき混ぜ、グラタン皿に取り分け、チーズをのせたら200℃のオーブンで5分焼く。
5. 焦げ目がついたら出来上がり。

0まま たまねぎスープ



材料(5人分)

・ 玉ねぎ(1個200gくらいのもの)	5個	・ 赤ピーマン	1/4個
・ 手羽先	5本	・ 黄ピーマン	1/4個
・ セロリ	1本	・ クレソン	1本
・ 生しいたけ(石づきをとる)	5枚	・ 塩、こしょう	
・ コンソメスープ	1, 500cc	・ 片栗粉	

作いかた。。

1. セロリは表面の筋をむいて3cm幅の棒状に切る。
赤・黄ピーマンは5mm角に切っておく。
2. 鍋にコンソメスープと皮をむいた玉ねぎを入れ火にかける。
3. 煮立ったら、先を切った手羽を加え再び煮立ったら中火にして時々アクを取りながら約20分煮る。
4. その後、生しいたけとセロリを加え約10分煮て、塩、こしょうで味を整え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
5. 器にスープを盛りつけ、その上にピーマンをのせ、クレソンを飾る。

いろいろトマトのカラフルサラダ



材料(4人分)

・ プチトマト (赤、黄、緑など)	12個	<ドレッシング>	
・ きゅうり	1本	・ ニッポン「アマニ油(オイル)」	大さじ 2
・ モッツアレラチーズ (一口タイプ)	1袋	・ ワインヴィネガー	60cc
・ バジル	1枝	・ 山芋 (すりおろす)	200g
・ ニッポン「ローストアマニ粒」	大さじ 2	・ 塩、こしょう、砂糖	適量

作いかた。。。

1. トマトは一口大に、きゅうりは1cm角に切り、チーズは手でちぎっておく。
2. すりおろした山芋に手でちぎったバジルをいれ「ニッポンアマニ油」、ヴィネガー、塩、こしょう、砂糖でドレッシングを作る。
3. ②のドレッシングに下ごしらえした①を入れ混ぜ合わせ、器に盛り「ニッポンローストアマニ粒」をふりかける。

冬野菜のカポナータ



材料(4人分)

• にんにく (みじん切り)	1かけ	• オーマイ「ナポリタンソース240g」	1袋
• ダンテ「エキストラバージンオリーブオイル」	大さじ 1	• 赤ワイン	100cc
• ベーコン (5mm厚さ いちょう切り)	50g	• コンソメ(顆粒)	小さじ 2
• 人参 (5mm厚さ いちょう切り)	1/2 本	• ローリエ	2枚
• ごぼう (*)	10cm	• タイム	1本
• 大根 (1cm 角切り)	300g	• 塩、こしょう	適量
• 玉ねぎ (2cm 角切り)	1/2 個		
• しめじ (ほぐしておく)	1/2 袋		
• ピーマン (2cm 角切り)	2個		

作りかた。。。

* ごぼうは5mm厚さのいちょう切りにし、水にさっとつけてアクを取る。

1. 鍋ににんにくを入れ香り良く炒め、ベーコン、人参、ごぼう、大根、玉ねぎをしっかりと炒める。
2. オーマイ「ナポリタンソース」、赤ワイン、コンソメ、ローリエ、タイムを入れ煮立ったらしめじ、ピーマンを入れて蓋をし、中火で汁がなくなるまでゆっくり煮詰める。
3. 最後に塩、こしょうで味を整える。

アップルケーキ



材料・・・オーマイ「ケーキのはこ バターミルク風味」 1個分

・ オーマイ「ケーキのはこ バターミルク風味」	1個	・ リンゴ	1/2個分
・ 卵	1個	・ カシューナッツ（刻む）	20g
・ サラダ油	大さじ 2	・ バター	10g
・ 水	50cc	・ ラムレーズン	10g
		・ アーモンドプードル	30g
		・ 砂糖	10g

作りかた。。

* 2個作りましょう。

準備 : オーマイ「ケーキのはこ」を開けてミックスの袋を取り出し、上フタを切り取ります。

リンゴは1個を4等分にしてヘタを取り、5mm厚さに切る。

アーモンドプードルと砂糖を混ぜておく。

1. 「ケーキのはこ」にミックス粉、卵、サラダ油、水、カシューナッツを入れフォークで良く混ぜる。
2. 平らにした生地の上にリンゴをきれいに並べ、ちぎったバター、ラムレーズン、砂糖を加えたアーモンドプードルを全体にかける。
3. 160℃のオーブンで60分焼く。竹串を中心にさして生地がついてこなければ焼き上がり。



<海の幸のクリーミーラザニエツテ>



<冬野菜のカポナータ>



<いろいろトマトのカラフルサラダ>



<〇まま たまねぎスープ>



<アップルケーキ>

