

プロが教える

家で楽々！簡単！

「味ぽん®」レシピ



洋食篇



# 味ぽんテリーヌ風サラダ

クリームチーズを入れるのがおすすめ！



## [作り方]

味ぽんをゼラチンで固めておく。

レタスをゆで、柔らかくする。

2～3枚まな板に広げて生ハム、大葉など面積の大きいものからレタスの上に並べ、

お好みの野菜を更に並べて、

ゼリー味ぽんを加えて巻く。

# マグロとサーモンのタルタルサラダ (味ぽんバジルドレッシング)

見た目は難しそうですが、意外と簡単！



## ★材料 (1人分) ★

マグロやサーモンなどお好みのお刺身適量  
玉ねぎ・レタス・サニーレタスもおすすめ

## ★調味料(味ぽんバジルドレッシング)★

味ぽん適量/粒マスタード少々/オリーブオイル小さじ2/  
砂糖大さじ2/薄口醤油少々/濃口醤油少々/  
バジルの葉3枚 (みじん切り)

## [作り方]

マグロとサーモン、玉ねぎを細かく切る。

玉ねぎは水に晒して絞る。

マグロとサーモンと味ぽんバジルドレッシングで合わせる。

筒状に形を整え、お野菜などを盛りつける。

# 和風ぽんピク

和風のだしが聞いた野菜のピクルスを簡単にご家庭で



## [作り方]

顆粒和風だし少々、水と味ぽんを1：1、  
上白糖大さじ3、はちみつ少々、  
おろしにんにく少々をひと煮立ちさせ、沸騰前に火を止める。  
冷めたらお好みの野菜を漬け込む

## 味ぽん香る

# 丸ごとカマンベールチーズのベーコン巻き

バケットと一緒に食べても美味しいです！



### [作り方]

ベーコンスライスでカマンベールチーズを包み、オーブンで

3～5分焼いたら、

フライパンで表面のベーコンをしっかり焼く。

味ぽん3：オリーブオイル1の割合で作ったソースに

角切りトマトを混ぜる。

温めたスキレットにチーズを乗せ、

ソースをかけてパセリを散らして完成！

# オイルサーディンの 味ぽんきのこソースがけ

お酒によくあうおつまみです



## [作り方]

オイルサーディン、玉ねぎ、キノコを  
オイルサーディンの油で炒める。

酒、味ぽんを加える。

オイルサーディンの上に炒めた玉ねぎ、キノコを乗せ、  
小ねぎと大葉をトッピング。

クラッカーに乗せても美味しい！