

GABAN®

たけのこと2種のオリーブの スパイスマリネ



オリーブとたけのこにエスニック系スパイスという面白い組み合わせ。
3日くらいすると味がなじんで美味しくなります！

🍷 材料 (10人分)

にんにく…20g

たけのこ水煮…80g

LA BELLA DI CERIGNOLA

グリーンオリーブ、
ブラックオリーブ…各150g

GABAN® コリアンダーホール…20g

GABAN® クミンホール…15g

GABAN® 輪切り唐辛子…1.2g

GABAN® オリーブオイルEXバージン
…200ml

🍲 レシピ (所要時間:15分※)

- ① たけのこ水煮は長さ4cmのくし形に切る。にんにくはみじん切りにする。
- ② コリアンダーホールは厚手のビニール袋に入れ、めん棒などで軽くつぶす。
- ③ フライパンに②、クミンホール、輪切り唐辛子を入れて弱火で香りが立つまで炒り、①を加えてサッと炒める。
- ④ 保存容器に③、ブラックオリーブ、グリーンオリーブ、オリーブオイルEXを入れて冷蔵庫でマリネする。

※漬け込み時間は含みません。