



★かじきのオイル漬バジル風味★ を使った春の味わいおすすめレシピ！



＜かじきと春キャベツのパスタ＞

(材料) ※2~3人分

- ・かじきのオイル漬 1パック
- ・春キャベツ 1/4
- ・パスタ 200~300g
- ・オリーブオイル 適量
- ・塩、コショウ 適量

(調理方法)

- ・多めのオリーブオイルをフライパンに入れ、解凍したオイル漬を食べやすい大きさにカットして焼く。
- ・オイル漬に火が通ったら、一口サイズに切ったキャベツを入れ併せて炒める。
- ・パスタが茹で上がったらフライパンに入れ、上記具材と絡める。
- ・塩、コショウで味を調える。



＜かじきのミネストローネスープ＞

(材料) ※3~4人分

- ・かじきのオイル漬 1パック
- ・にんじん 1/2本
- ・ジャガイモ 1個
- ・いんげん 7~8本
- ・トマトの水煮、水 各300cc
- ・コンソメ 1個
- ・砂糖、塩、コショウ 適量
- ・醤油、みりん 各さじ1
- ・ローレル 1枚

(調理方法)

- ・上記具材を1cm角に刻み、水、トマト、調味料を入れて煮るだけ(10~15分程度)。



＜かじきのスペイン風オムレツ＞

(材料) ※2~3人分

- ・かじきのオイル漬 1パック
- ・じゃがいも 小2個
- ・卵 2個
- ・粉チーズ 大さじ2
- ・塩、コショウ 少々

(調理方法)

- ・かじきオイル漬、長ネギ、じゃがいもをサイコロ状に切る。
- ・じゃがいもを軽く下茹でして一旦冷ます。
- ・卵を割り、粉チーズ、塩、コショウを入れかき混ぜる。
- ・フライパン(中火)に油を入れ、じゃがいもを軽く炒める。
- ・更に、かじき、長ネギを入れカジキの色が変わるまで炒める。
- ・溶いた卵を流し入れ、全体に行き渡らせる。
- ・火加減を中火→極弱火にして蓋をしてじっくり蒸し焼きに。
- ・フライパンに皿を被せ、ひっくり返し完成!



＜かじきオイル漬の棒春巻き＞

(材料) ※1~2人分

- ・かじきのオイル漬 1パック
- ・春巻きの皮 数枚
- ・小麦粉 大さじ1
- ・水 少々

(調理方法)

- ・かじきオイル漬を長ネギの大きさに合わせて切る。
- ・春巻きの皮に、かじき→長ネギ→かじき→かじきの順に並べて、皮の端に水で溶いた小麦粉を塗り棒状に巻く。
- ・160℃に熱した油できつね色になるまで揚げる。