

スペシャルコラボBOOK

スパイスが決め手の
バレンタインレシピ



vol.5

GABAN®

スパイス
ブログ

スパイスが香る
365日



レシピブログの「スパイスブログ」が大好評!

スパイス初心者も上級者も、
みんなで楽しめるコンテンツが大集合!
ひと振りでも料理に彩りを与えるスパイスを
もっと自由に楽しみましょう♪

レシピは
26,000
以上



<http://www.recipe-blog.jp/special/spiceblog/>

スマートフォンでいつでもどこでも
スパイス情報やおいしいレシピを
チェック!



<http://s.recipe-blog.jp/spice/>



プロがすすめるスパイスサイトはこちら!
ハウス スパイスサイト



<http://www.h-spice.jp>

<http://m.housefoods.jp/hf/>



甘さひかえめでバナラ風味たっぷり！ バナラチョコロールケーキ

photo by ちょりママさん



Comment

焼成時間が短いお手軽ロールケーキ。プレーンの生地にならバナラビーンズをたっぷり入れました。甘さひかえめでバナラ風味たっぷりの生地を濃厚なチョコクリームとともにどうぞ。

子ども大人も ちょりママさんのスパイスごはん
<http://www.recipe-blog.jp/special/spiceblog/chori/>

“子ども大人も一緒のごはん”がテーマの
 日々のごはんと育児日記が人気！



材料 / 長さ26cm 1本分

〈ロール生地〉

GABAN バナラビーンズ(ホール) … 5cm
 卵(M) ……………… 5個
 (殻のままで1個あたり64~71gのもの)
 グラニュー糖・薄力粉 …… 各60g
 A | 牛乳 ……………… 大さじ2
 油 ……………… 大さじ2強

〈チョコクリーム〉

生クリーム ……………… 200ml (1カップ)
 ココアパウダー(無糖) …… 大さじ2
 油 ……………… 小さじ2・1/2
 グラニュー糖 ……………… 大さじ2・1/2
 塩 ……………… ひとつまみ

作り方

●天板に油(分量外)を薄く塗り、オーブンペーパーをしく。●卵は別々のボールに卵黄と卵白とに分け、卵黄は室温に、卵白はボールごと冷やしておく。●薄力粉は1回ふるう。●オーブンを180度に予熱する。

下準備

- 1 〈ロール生地〉GABANバナラビーンズは縦半分に分けて中の種をこそぎ出し、Aと合わせて湯せんにかけて混ぜ合わせる。
- 2 卵白を7割程度まで泡立て、グラニュー糖を半量入れて角が立つまで泡立てる。
- 3 卵黄のボールに残りのグラニュー糖を入れ、ハンドミキサーでもったりするまで泡立てる。
- 4 3に2を1/3ずつ入れ、底からすくい上げるように都度混ぜる。薄力粉をもう一度ふるいながら入れ、底からすくい上げるように混ぜる。
- 5 1をゴムべらに添わせながら入れ、照りが出るまで底からすくい上げるように混ぜる。天板に流し入れ、2~3回天板を台に置いて空気を抜く。
- 6 180度のオーブンで13~15分焼く。網の上のせて側面のシートをはがし、表面にラップをして冷ます。
- 7 ラップをはがして裏返し、オーブンペーパーを取ったら巻きはじめを斜めに2cmほど切り落とし、巻きはじめのところに3本の切り込みを浅く入れる。
- 8 〈チョコクリーム〉ココアパウダーと油を練るように混ぜ、生クリームとグラニュー糖を合わせて7分立てに泡立てたクリームに少しずつ入れて混ぜる。塩を入れて9分立てまで泡立てる。
- 9 7に8を塗って、手前から巻き込むように巻く。



甘いごほうび♪

ミントチョコ・クリスピー・トリーツ

photo by ヤミーさん



Comment

中はサクサククリスピーで、コーティングはチョコキャラメルのように濃厚。甘さはしっかりありますが、ミントのおかげで後味はさっぱりさわやかです。トリーツはごほうびという意味だそうです。手軽にできる甘いごほうびをどうぞ！



材料 / 6×2cm 12個分

バター(有塩)	10g
マシュマロ	100g
チョコレート(ブラック)	30g
グラノーラ	100g
GABAN ペパーミント	小さじ1

作り方

- 1 耐熱ボールにマシュマロとバター、細かく割ったチョコレートを入れてレンジで1分加熱する。
- 2 1が熱いうちにしっかりと混ぜ合わせ、マシュマロの形が無くなったグラノーラ、GABANペパーミントを入れてしっかりと混ぜ合わせる。
- 3 オープンシートの上に2を置き、上にもオープンシートをかぶせて12×12cmほどに平らにならす。冷めるまで置いて好みのサイズに切り分ける。

※はじめはキャラメルのように柔らかいですが、切り分けて乾燥させると固まります。

ヤミーさんの魔法のスパイステクニック

<http://www.recipe-blog.jp/special/spiceblog/yummy/>



バレンタインディナーに☆
ほろにがチョコのハヤシライス

photo by かな姐さん



Comment

トマトの酸味をチョコレートの甘味が上手に和らげ、さらにトマト×チョコレート×牛肉という一見不思議な組み合わせをつないでくれる存在が「オールスパイス」。びっくりするほどオシャレで、さらにご飯にもぴったり合う、男性にも喜ばれる一品です。



材料 / 2人分

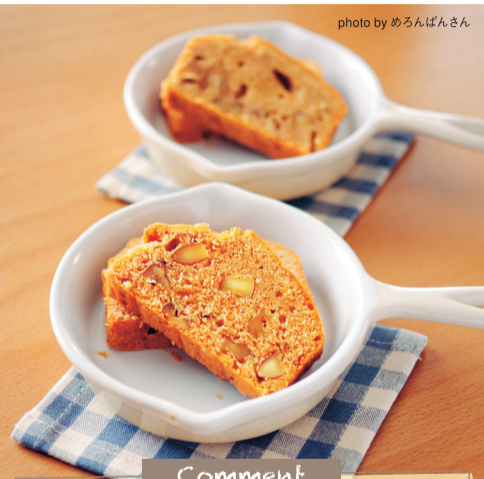
牛肉(肩ロース切り落とし) ……	200g	薄力粉 ……	大さじ 1
玉ねぎ ……	中1個	チョコレート(ブラック・板チョコでOK)	20g
カットトマト缶詰 ……	1/2缶(200g)	ご飯 ……	2人分
水 ……	100ml(1/2カップ)	バター ……	お好みで適量
塩 ……	小さじ 1/2 ~		
A GABAN ブラックペパー〈パウダー〉 ……	少々		
しょうゆ ……	小さじ 1/2		
GABAN オールスパイス〈パウダー〉 ……	小さじ 1/2		

作り方

- 1 玉ねぎは薄切りに、牛肉は食べやすい長さに切る。
- 2 フライパンにバターと玉ねぎを入れ、ときどきかき混ぜながらふたをして少し焦げ目をつけるように炒める。
- 3 玉ねぎがしんなりしてきたら牛肉を入れて軽く炒め、塩、こしょう(分量外)を振る。薄力粉を入れて全体にまぶすように炒めたら、トマト缶、水、チョコレートを加えてなじませ、ふたをして弱火で約5分煮込む。
- 4 Aで調味し、なじむまでさらに5分ほど木べらでかき混ぜながら加熱して火を止める。
- 5 ご飯と一緒に盛りつけ、お好みでパセリを添える。

おとなのティータイムに 簡単スパイスパウンドケーキ

photo by めろんばんさん



Comment

スパイスを使って香り高く焼き上げたパウンドケーキです。おとなのティータイムや、お酒と一緒に出してもおしゃれです。パーティーや持ち寄り、朝食にもおすすめです。

“めろんカフェ”のめろんばんさん

材料 / 18cm パウンド型1台分 (5人分)

食塩不使用バター	50g
ブラウنشUGAー	30g
GABAN シナモンシュガー(パウダー)	小さじ1・1/2
A GABAN ナツメグ(パウダー)	小さじ1/6
GABAN オールスパイス(パウダー)	小さじ1/6
GABAN カルダモン(パウダー)	小さじ1/6
卵	1個
薄力粉	60g
ベーキングパウダー	小さじ1/4
くるみ・アーモンド	各25g

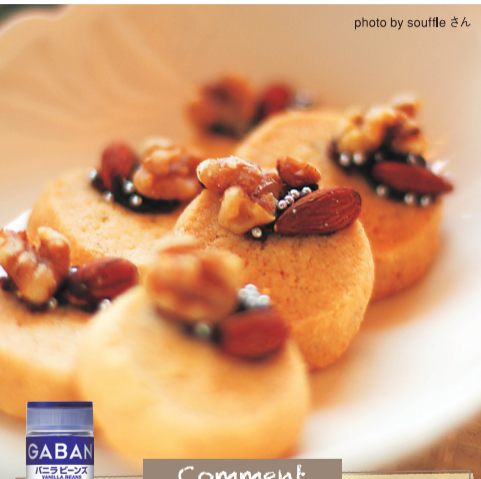
作り方

- 1 やわらかくした食塩不使用バターにAを加え、泡立て器でクリーム状に混ぜる。卵を加えてさらに混ぜる。
- 2 あわせてふるった薄力粉とベーキングパウダー、砕いたくるみとアーモンドを一度に加え、へらに持ちかえて粉っぽさがなくなるまで混ぜる。(混ぜすぎには注意)。
- 3 オープンシートをしたパウンド型に入れ、170度に予熱したオーブンで30～35分焼く。



ほろほろっととろける おしゃれなバニラチョコサブレ

photo by souffle さん



Comment

口に入れた途端にほろほろっととろける口当たり、バニラビーンズの甘い香り、チョコとナッツのハーモニー、全部が味わえるうれしいサブレです。

"c'est si bon *** souffle's happy table ***" の souffle さん

材料 / 24枚分

薄力粉	150g	チョコレート	20g
食塩不使用バター	100g	牛乳	小さじ2
砂糖	35g	アーモンド	12個
GABAN バニラビーンズ(ホール)		くるみ	6個
	3cm	アラザン	適量

作り方

- 1 バターは1cm厚さに切り、室温に出しておく。薄力粉はふるう。
- 2 GABAN バニラビーンズは縦半分に切って中の種をこそぎ出す。
- 3 ボールにバター、砂糖、2の種を入れ、ゴムべらで混ぜ合わせる。
- 4 泡立て器でバターが白っぽくなるまでよくすり混ぜる。
- 5 薄力粉を加えてゴムべらでよく混ぜ、ボールの底に押しつけるようにして生地をしっかりとまとめる。
- 6 生地を2等分してそれぞれラップにのせて包み、直径2.5cmほどの麺棒のような形に丸め、冷凍庫に2時間以上入れておく。
- 7 冷凍庫から出して20～30分したら、包丁で1cmの厚さに切る。
- 8 オープンシートをしいた天板にのせて170度に予熱したオーブンで20～22分焼き、取り出して冷ます。
- 9 アーモンドは半分に、くるみは4等分に切る。
- 10 チョコレートはごく細かく刻み、沸とう直前まで温めた牛乳を加えて溶かす。(溶けないようなら湯せんにかけて溶かす)
- 11 10をスプーンですくって8に塗り、アーモンド、くるみ、アラザンを貼りつけ、固まったらできあがり。

ミント香る ビターなチョコスティックバー

photo by バリ猫 ゆっきーさん



Comment

ボールは使わず、小鍋にバター、砂糖やチョコなどを入れて火にかけ、溶かして粉類を混ぜて型に移してオーブンで焼くだけ。甘さの中にペパーミントでさわやかさを演出しました。

“楽しいキッチン”のバリ猫 ゆっきーさん

材料 / 2人分

食塩不使用バター	50g
メイプルシロップ	30g
チョコレート(ブラック)	20g
グラニュー糖	大さじ1
薄力粉	50g
アーモンドプードル	20g
A ベーキングパウダー	小さじ1/4
ココアパウダー(無糖)	大さじ1/2
GABAN ナツメグ(パウダー)	2振り
GABAN ペパーミント	小さじ1

作り方

- 1 小鍋に食塩不使用バター、メイプルシロップ、砕いたチョコレート、グラニュー糖を入れて火にかけ、溶かしながら全体をよく混ぜ合わせる。
- 2 1を火からおろし、合わせてふるったAを加えてゴムべらで粉っぽさがなくなるまで混ぜ、GABANペパーミントを入れてさらに混ぜ合わせる。
- 3 オープンシートをしいた型(20×10cm程度のもの)に入れて表面を平らにし、180度に予熱したオーブンで25~30分焼く。
- 4 冷めたら型から取り出してスティック状に切る。



とろ〜りチョコ入り バニラ香るリッチプリン

photo by さとみわさん



Comment

ぜいたくなバニラの香りでとてもリッチな気分のプリンです。バレンタイン向けにチョコレートソースで作りました。中はとろ〜りとしています。底までスプーンを入れてソースをからめながら食べると美味しいです。



“SATOMIWAのよくばりキッチン”のさとみわさん

材料 / 5 個分

牛乳	200ml (1カップ)
生クリーム	100ml (1/2カップ)
GABAN バニラビーンズ〈ホール〉	1/2本
卵	2個
砂糖	40g
チョコレート	15g
A 牛乳	大さじ1
ココアパウダー(無糖)	小さじ1/2

作り方

- 鍋に牛乳と生クリーム、縦半分に切ったGABANバニラビーンズの中身をこそぎ、さやごと入れて沸とう直前まで温め、香りを出す。
 - ボールに卵を割り入れ、砂糖を加えて混ぜ合わせる。
 - 2に1(さやは取り出す)を少しずつ加えて混ぜ合わせ、裏ごししてカップに注ぎ入れる。
 - 別のボールにAを入れ、湯せんにかけて溶かしてよく混ぜ合わせる。
 - 3のカップ1個に対して4を小さじ1/2程度落とし、竹串でぐるっとかき回す。(チョコレート液の方が重いので底に沈む)
 - 5を天板に並べてカップの3/4くらいの高さまで湯をはり、全体にアルミホイルをかぶせて150度に予熱したオーブンで約40分湯せん焼きする。
- ※カップによって火の入り具合が変わるので、カップを傾けて固まり具合をみながら加熱してください。

3つの味のハーモニー ココアとミントのくるみクッキー

photo by なおふくさん



Comment

くるみの香ばしい風味とココアのほろ苦さ、そしてミントのさわやかさが美味しいクッキーです。

“はるともの☆野菜いっぱい☆ごはん日記”のなおふくさん

材料 / 天板2枚分

食塩不使用バター	100g
粉砂糖	35~45g (お好みで調整)
くるみ	50g
薄力粉	150g
ベーキングパウダー	小さじ1/2
ココアパウダー(無糖)	10g
GABAN ペパーミント	小さじ1/4~1/2 (お好みで調整)

作り方

- 1 くるみはフードプロセッサーにかけて、少し大きなかたまりが残る程度に細かく刻む。(または包丁で刻む)
- 2 食塩不使用バターをやわらかくし、粉砂糖を加えてよく混ぜ合わせ、1を加える。
- 3 2に薄力粉、ベーキングパウダーをふるい入れてココアパウダー、GABAN ペパーミントを加え、刻むようにさっくりと混ぜ合わせる。
- 4 冷蔵庫で1時間以上ねかせ、直径1.5~2cmに丸める。
- 5 オープンシートをしいた天板にのせて、160度に予熱したオーブンで約17分焼く。
- 6 粗熱が取れたらココアパウダー(分量外)を振りかけ、全体にまぶす。



簡単スパイス使いのコツ!



デザートや飲み物に
甘くやさしい香りを

GABAN[®] バニラビーンズ〈ホール〉

チョコレートやアイスクリームの甘い芳香として誰でも知っている香味。バニラは加工に大変な手間と時間がかかることからとても高価ですが、その魅力から今でも世界中で愛されています。適当な長さに切って、温めた牛乳など液体につけておいて風味を移して使います。

基本の 使い方

さを必要な長さに切り、縦に包丁やキッチンバサミで切れ目を入れて、中のタネをこそぎ出して使います。お菓子などに直接入れる時はタネだけを使います。一度使ったさを、洗ってよく乾燥させ、砂糖のびんに入れておくと風味が移り、バニラシュガーとして使えます。

かんたん オススメ の使い方

◎キャラメルタフィー

鍋にグラニュー糖120g、バニラビーンズ1/2部分のタネ、水あめ100g、食塩不使用バター15gを入れて煮詰め、ほんのり茶色に色づいたら火からおろして刻んだチョコレート120gを加えて混ぜます。クッキングシートをしたバットに流し入れ、冷蔵庫で約1時間冷やし、少しやわらかいうちに包丁に粉糖をつけながら小さく切ってできあがり。



すっきりさわやかな香り

GABAN[®] ペパーミント

さわやかな清涼感のある香りは、お菓子や飲みものの風味としておなじみです。砂糖とよく合うので、甘い菓子やミントティーなどの飲みものによく使われますが、野菜や肉料理にもおすすめです。



かんたん
オススメ

◎ミント風味のつまめるチョコレートゼリー
チョコレートゼリーにペパーミントを加えて、ちょっと変わった大人のバレンタインスイーツに。固めに作るとつまめるチョコレートゼリーになります。



◎ミントティー

紅茶や緑茶を入れる時にペパーミントを加えます。お湯250mlにペパーミント小さじ1/2が目安。茶こしでこせばさわやかな風味のミントティーに。

肉にも甘いものにも



GABAN[®] オールスパイス〈パウダー〉

シナモン、クローブ、ナツメグを合わせたような香りを持つことからこの名がつけられたといわれています。名前から、ミックススパイスと思われるかもしれませんが、単一の植物で、肉にも甘いものにも合う万能スパイスです。



かんたん
オススメ

◎フルーツや甘いものに

グレープフルーツに2〜3振りすると、エキゾチックな香りを楽しめます。クッキーの生地に練り込んだり、ジャムの風味づけにもどうぞ。ドレッシングに加えるのもおすすめです。



◎ハンバーグに

ひき肉300gに対して小さじ1が目安、肉と一緒に練ります。