

GABAN®

フルーツチャツネ
マンゴチャツネ

素材を生かすナチュラルな甘みと酸味



フルーツチャツネ



マンゴチャツネ

GABAN®

特徴・エピソード

チャツネとは

野菜や果物に酢、砂糖、香辛料などを加えて、煮込んだり、漬け込んだりして作られます。インドには甘いものだけでなく、辛いチャツネもあります。

インド料理のつけ合せ

チャツネはヒンドゥー語のcanti(味わう、なめる)に由来する言葉で、インド料理では薬味やソースとして食事やスナック(揚げ物)に添えられます。

基本的な使い方

様々な料理でマイルドな甘さを演出

- カレーに加えることで、コクと甘味を与えて、マイルドな味に仕上げます。
- 砂糖とは一味違うフルーティーな甘みと酸味があるので、肉料理のソースや煮込み料理の味つけに使うと素材のおいしさを引き立てます。

プロの技その1 「グリルした肉料理」のソースに!



チャツネのほのかな酸味と甘味が、肉料理に打ってつけ。グリルした豚、鶏、鴨などの肉に手軽にチャツネソースをつけるだけで、バリエーションが広がります。

プロの技その2 「ドレッシング」に!



ドレッシングの酸味を和らげたい時に、便利なチャツネ。酢と油だけでコクが足りない時にチャツネを入れれば、うま味が出ます。

プロの技その3 「肉の煮込み」に!

酸味と甘みが肉に合う



肉と相性の良いチャツネ。砂糖とは違うチャツネの持つフルーティーな甘みが、肉料理と非常に相性が良く、コクが出てうま味が増します。

おすすめメニュー 「さばのみそ煮」

みそとチャツネの意外な相性



チャツネは意外にみそとも合います。チャツネの持つ酸味と甘みが魚の臭みを消し、自然な甘みにより、おいしさが増します。同じ発酵食品の醤油とも好相性です。

シェフのためのスパイス・ガイド Spice Navi

[スパイスナビ]

vol.2

今回は、カエンペッパー(唐辛子)、ガラムマサラ、チャツネがテーマ食材です。辛味づけ、カレーの隠し味だけではなく、プロならではの使いこなしをご紹介します。



真っ赤に熟した唐辛子の実

厨房で役立つ

スパイスの4つの基本機能

香りをつける

ナツメグ、シナモン、クミンなど

肉や魚の臭みを消す

ガーリック、オニオン、ベイリースなど

辛味づけをする

ペッパー、唐辛子、マスタードなど

色づけ、彩りを添える

パプリカ、サフラン、パセリなど

ほんの少量で効果を発揮するのがスパイスの特長。1食あたり僅かなコストで、素材のおいしさを引き出し、メニューや味つけのバラエティを広げます。

今回のスパイス紹介

GABAN® カエンペッパー (唐辛子)



製品によって最適な唐辛子の品種を使い分けています(糸切り:益都種、ホール:天鷹種、輪切り:雲南種)。糸切唐辛子は色が濃く鮮やかで、カットが細く均一なのでフワッと美しく料理を彩ります。



GABAN® ガラムマサラ®



15種類ものスパイスの独自ブレンド。スパイシーな香り豊かに、辛味を抑えているのが特長です。カレー以外のメニューでも、料理本来の味を損なうことなく、風味を高めます。



GABAN® フルーツチャツネ マンゴチャツネ



フルーツ、砂糖、食塩、香辛料、酢のシンプルな原料から、フルーツ本来の甘さを引き出しました。カレーはもちろん、肉・魚料理でも素材のおいしさを引き出します。



商品、内容について、ご不明な点がございましたら、弊社営業部までお問い合わせください。発行日:2023年4月改訂版A ※本紙に掲載の画像はイメージです。

ハウスギャバン株式会社

〒104-0033 東京都中央区新川2-31-1 八丁堀トーセイビル

東日本営業部 電話 03-3537-3015
西日本営業部 電話 06-6389-5530

GABAN® カエンペッパー (唐辛子)

原産地南アメリカから世界へ

カエンペッパー(唐辛子)とは

熱帯全土で約200種類の唐辛子があり、形、大きさ、色、味も様々です。辛味成分のカプサイシンは種、筋、皮に含まれ、その量は唐辛子の種類と成熟度によって異なります。

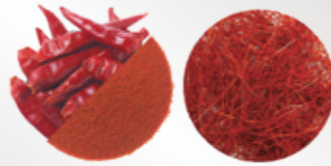
コロンブスによって欧州に

唐辛子はもともと南アメリカ原産で、コロンブスが西インド諸島で発見しスペインに持ち帰りました。日本には1542年にポルトガル人によって持ち込まれたという説があります。

辛味づけだけでなく色づけにも

●カプサイシンは熱に強く、焼き物、炒め物でも本来の辛味が損なわれません。また粒子が細かいほど、辛味を強く感じます。

●色素成分カプサンチン、β-カロチンが、料理を赤く色づけます。油を使うと特に色が映えるのは、色素成分が油に溶けやすいからです。



基本的な使い方

GABAN® ガラムマサラ®

インドから来た万能ミックススパイス

ガラムマサラとは

ヒンドゥー語でガラムは“熱い”、マサラは“混合物”の意味。2~3種のスパイスを使う簡単なものから10種以上のものまで様々で、素材や用途によってアレンジされます。

貯蔵ミックススパイスとして発達

インドでは調理の度にスパイスの焙煎、粉碎、ミックスなどをしていましたが、毎日、この準備をするのは大変なため、貯蔵用ミックススパイスのガラムマサラが発達しました。

仕上げの風味つけ、 素材の臭み消しに

●調理の仕上げに少量加えることで、加熱によって飛んでしまった香り、風味を補い、料理をスパイス感豊かに仕上げます。

●下ごしらえ、調理中に加えることで、肉・魚・乳製品の臭みを取り、素材のおいしさを引き出します。



基本的な使い方

特徴・エピソード

プロの技その1 「炊き込みごはん」の色づけに!



辛味の少ない糸唐辛子を入れてごはんを炊けば、鮮やかな赤色と香りがつき、おにぎり、チャーハンなど、米料理のアレンジメニューに使えます。

プロの技その2 「唐揚げ、揚げ物」をスパイシーに!



唐揚げを唐辛子でサッと炒めることで、香りと辛みがほどよくつきます。いつもの料理もスパイシーな工夫で、様々なアレンジが可能となります。

プロの技その1 「トマト煮、トマトソース」に!



シンプルな野菜のトマト煮に、かくし味程度にガラムマサラを入れることで、野菜特有の青臭さを消しつつ、味にコクと奥行きを出します。

プロの技その2 「ひき肉料理」に! 肉の臭み消しに



肉の臭みを消す作用があるガラムマサラ。ひき肉料理のワンポイントに使うことで、ほのかなカレーの香りがうま味を引き出します。

プロの技その3 「サラダ」の彩りに!



キャベツ、大根などのせん切り野菜に糸唐辛子を入れることで、赤色のワンポイントを加えます。鮮やかな彩りのサラダで、テーブルも華やかになります。

おすすめメニュー 「鶏肉と野菜の生春巻き」



ベトナム料理を代表する生春巻きに、糸唐辛子を散らします。皮から透けて見える鮮やかな色合いがアクセントとなり、目をひきます。

プロの技その3 「ミルク煮」に!



牛乳の臭みを消すと同時に、ガラムマサラの香りが、食欲をそそります。同様の使い方をするナツメグと比べ、ガラムマサラの香りはクセがありません。

プロの技その4 「マサラオイル」を使って!



オイルにガラムマサラを混ぜ、しばらく置くと香りと味がついたマサラオイルになります。マサラオイルはドレッシングや焼いたお肉の香りづけなどに利用できます。