

GABAN®

スパイス
ナビ
vol.26



ライムさわやか、ほんのりピリ辛なマリネ
鳥賊と野菜のサルピコン

SPICE INFO +

複雑に風味がまじりあった七味は、少し加えるだけでぐっと味が締まりますね！器代わりのパニプリがおしゃれ！



小さく切ったイカやセロリにライム、オイル、スパイスをよくなじませて。きゅうりのドレッシングも七味が隠し味。



シェフのためのスパイス・ガイド Spice Navi

[スパイスナビ]
vol.26

和風スパイスを
バルメニューに取り入れる！

食材、調味料への隠し味
絶品メニューのヒントがココに！

和のスパイスで新発見！ 女性にうれしいバルつまみ

バルに立ち寄る女性が急増中！おつまみを、和のスパイスでもっと身近に、もっと美味しく。



ふわふわ食感にコクと香りで華を添える！
魚介のソーセージ
オリーブと柚子胡椒のソース

FOOD INFO +

オリーブ+柚子こしょうは面白い組み合わせ。トマトの水分が塩味とテクスチャを調整する役割をしてくれる。



和と洋が融合したソースはホテルイカに絡めたり、フライに添えても合いそう！



PICK UP SPICE **GABAN®**
あらびき柚子こしょう

あらびきにした柚子の皮と唐辛子の食感がアクセント。さわやかな香りとピリッとした辛味が口の中で弾けます。粒々食感を生かして、つくねやすり身への練りこみ、ソース、ドレッシングに。



詳しいレシピ、この他のバルメニューはホームページで！

ハウスギャバン

検索

GABAN® [スパイスナビ] vol.26 2020.4 次回スパイスナビ vol.27をお楽しみに！

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

詳しくはホームページで

ハウスギャバン

検索

和のミックススパイス 七味唐辛子を徹底比較!

3種類を比べて、お店のメニューに
ぴったりな七味を見つけてみませんか?

7つに限らず、5~13種類
くらいブレンドされてる
“七味”もあるよ。



唐辛子、山椒、あおさ、
ゴマなどを中心に、
それぞれ配合が違いますね。

クミンさん

マサラシェフ
シェフ歴30年、フランス、アメリカ料理、
居酒屋まで、あらゆる料理とスパイスに
精通している。

ギャバンのスパイスコーディネーター
(SCA認定)。激辛〜スイーツまで食べ
歩きが趣味。

MAJOR	GABAN® 七味唐辛子			スタンダード	辛味と香りのバランスが良く、麻の実に 歯触りがアクセントのポピュラータイプ
TREND	GABAN® 黒胡麻七味唐辛子			香ばし系	焙煎した黒ゴマの深みのある香ばしさに、 国産山椒のさわやかなしびれがマッチ
NEW	GABAN® 柚子七味唐辛子			さわやか系	国産柚子とみかんの皮のフルーティな香りど ほのかな甘み、ゴマが食感のアクセント



トマトのコクと柑橘の香りが新鮮!

豚フィレのソテー スパイストマトディップ

SPICE INFO + +

- 材料(1皿分)
- 豚フィレ肉 100g
 - 塩 適量
 - キャノーラ油 15ml
- 【スパイストマトディップ】
- トマトペースト 18g
 - GABAN® 柚子七味唐辛子 0.8g
 - GABAN® 高知県産・仁淀川山椒パウダー 0.2g
 - 塩 適量
- フォン・ド・ヴォー 10ml
お好みの付け合わせ 適量

作り方(調理時間:30分)

- 【スパイストマトディップ】
小鍋に[A]を入れてサツと混ぜ、弱火で温め、冷ましておく。
- 豚フィレ肉は塩をまぶしておく。熱したフライパンにキャノーラ油
を引いて、お好みの焼き加減で焼き、食べやすい大きさに切る。
- 器にお好みのつけ合わせ、2.の豚フィレ肉を盛りつけ、
フォン・ド・ヴォーをかけ、スパイストマトディップを添える。

しっとり火入れた豚フィレに、
柑橘の香りとピリとする後味の
トマトペーストを添えて個性的に。

青いレモンのような香りの
山椒と柚子七味がさわやか。
女性ウケしそうです!



野菜の甘み引き立つスパイス使い アスパラガスのオイル煮 しびから塩

SPICE INFO + + +

材料(1皿分)

- アスパラガス(グリーン・ホワイト) 各1本
- GABAN® 高知県産・仁淀川山椒ホール 1.5g
- キャノーラ油 50ml

【しびから塩】

- GABAN® 高知県産・仁淀川山椒パウダー 2g
- GABAN® 一味唐辛子 1.5g
- GABAN® ジンジャーパウダー 0.5g
- 塩 0.5g

GABAN® 松の実(ローストする) 5g

作り方(調理時間:30分 ※アスパラをオイルに漬ける、冷ます時間は除く)

- 小鍋に粗めに砕いた仁淀川山椒ホール、キャノーラ油を入れて弱火に
かけ、山椒が香ったら火からおろし、冷ましておく。
- アスパラガスは皮をむき、保存袋に1.のオイルと共に入れ、口を
しっかりと閉じ、最低2時間ほど置いておく。鍋に湯を沸かして袋を
入れ、中火で火を通したら取り出して袋ごと冷ます。
- 【しびから塩】小さめのフライパンに[A]を入れて香るまで弱火で
じっくり炒り、冷ましておく。
- 器にアスパラガスを盛ってオイルを少量かけ、しびから塩(適量)
をふり、粗く砕いた松の実を散らす。

山椒入りのオイルでじっくり
甘さを引き出したアスパラは、
しびから塩がいいアクセント。

塩とスパイスを炒ることで、
3つの違うタイプの辛みが
よくなじみますね。

七味の香りがオイルに溶ける! 蛸とそら豆のアヒージョ

SPICE INFO +

タコに七味をまぶしてオイルに入れる、
簡単だけど差が出るひと手間だよ。

具材のうま味にオイルと
七味が絡んで絶妙です!



イタリア×ニッポンの競演、新感覚ソース! 鮪ほほ肉のソテー 黒ゴマとバルサミコのソース

SPICE INFO +

バルサミコも黒ゴマも
深い味だから、それに負けない
鉄分の多い赤身の魚が合うよ。

やわらかな酸味と甘みが
ゴマの香りと調和して、最後に
ピリ辛を感じるソース!