

GABAN®

スパイスナビ
vol.31

シェフのためのスパイス・ガイド Spice Navi

[スパイスナビ]
vol.31

スタンダードな
おつまみに効く!

さんしょう・
とうがらしの活用術



焼きしーぜ

とろとろチーズにハーブが香る!

■材料(1皿分)

- ハーブパン粉(出来上がり量:約75g)
- 乾燥パン粉100g
- A GABAN® ハーブミックス10g
- GABAN® オリーブオイルEXバージン30ml
- フレッシュモッツアレラチーズ60g
- アボカド80g トマト50g
- マヨネーズ5g 塩適量
- GABAN® ブラックペッパー荒挽適量
- ハーブパン粉5g
- GABAN® オリーブオイルEXバージン15ml

■作り方(調理時間:20分)

- ① フライパンにAの材料を入れてよく混ぜ、弱火で香ばしくなるまで炒め、冷ましておく。
- ② モッツアレラチーズ、アボカドは厚さ1cm、トマトは厚さ5mmの半月切りにする。
- ③ グラタン皿にオリーブオイルを薄く塗り、②を並べ、塩・ブラックペッパー荒挽をふる。マヨネーズを線描きし、①を散らして200°Cのオーブンで5分焼く。

Spice & Food info

- GABAN® ハーブミックス
- GABAN® ブラックペッパー荒挽
- GABAN® オリーブオイルEXバージン

ハーブの香りと
カリカリ食感がいいですね。
肉や魚のトッピングにも!



居酒屋応援!おつまみ向上計画

スパイスがいつものメニューを“やみつき”に変える!

かつおの麹漬け、 デユカがけ

中東のトッピングが斬新!

Spice info

- GABAN® デュカスパイス
- GABAN® オニオンパウダー
- GABAN® ガーリックパウダー

ピリせりの炒め

エスニックマヨがクセになる!

Spice & Food info

- GABAN® ピンダルーペースト
- GABAN® オニオンパウダー

マヨ+ピンダルー+しょうゆ少々でやみつきに!

やん豚平

アジアンテイストが面白い!

Spice & Food info

- Woh Hup サンバルチリペースト
- GABAN® ウーシャンスパイス



詳しいレシピ、この他のおつまみ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.31 2022.6 次回スパイスナビ vol.32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

焼肉屋さんの けらダ

辛いだけじゃない、ほんまに自家製で美味い！



Spice info

- GABAN® 糸切り唐辛子
- GABAN® 一味唐辛子
- GABAN® ガーリックパウダー
- GABAN® ジンジャーパウダー

ころっと チーズポテトもち

真っ赤な塩はスモーク香と辛みがアクセント！



Spice & Food info

- GABAN® スモークパプリカパウダー
- GABAN® 一味唐辛子
- GABAN® ハーブミックス
- GABAN® ホテトフレーク

旬魚と夏野菜の ばくだん

オクラと昆布のねばりに柚子七味がからむ！



- GABAN® 柚子七味唐辛子
- GABAN® ジンジャーパウダー



刺身の切れ端を有効活用できるよ！

とうがらし

ホットな辛みでキレを与えて、
ついつい後を引く味に！

2つのシゲキ+調味料で インパクトあるおつまみに！

さんしょうのピリリとするシビレは
サンショオールだよ

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。



とうがらしのピリッと熱を感じる
辛みはカプサイシンですね

クミンさん

キ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。

シビレとピリ辛でやみつきの味！

塩牛スジ焼き

あっさり塩味にさんしょうの香りが生きている！



■作り方(調理時間:200分)※牛スジを冷ます時間は除く。

- 鍋にたっぷりの水、牛スジを入れて火にかけ、沸騰したらザルにあげ、流水でアクや汚れを洗い落とす。
- ①の鍋を洗い、牛スジ、A、たっぷりの水を入れ、沸騰したら弱火で2時間ほど柔らかくなるまで煮る(途中、牛スジが水面から出ないように水を足す)。冷めたら取り出しておく。
- 鍋にBの調味料を入れて沸かし、下処理した②の牛スジを入れ、沸騰したら弱火で40分ほど煮て、煮汁ごと冷ます。
- ③を大きめに切り、熱したフライパンにサラダ油を引いて焼く。熱い鉄板皿にざく切りにしたキャベツを盛り、牛スジを乗せ、サンショウパウダーをふる。

■材料(1皿分)

- 牛スジ煮込み(出来上がり量:約850g)
牛スジ 1200g
水 適量
- A
長ねぎの青い部分(ぶつ切り) 100g
皮つきしょうが(薄切り) 30g
- だし汁 1300ml
酒 100ml
- B
みりん 50ml
薄口しょうゆ 5ml
塩 8g
GABAN® サンショウホール 4g
- 1皿分
牛スジ煮込み 150g
キャベツ 50g
サラダ油 15ml
GABAN® サンショウパウダー 適量

Spice info

- GABAN® サンショウホール(花椒)
- GABAN® サンショウパウダー(花椒、山椒のミックス)



牛スジはゆで汁と一緒に小分けにして冷凍すれば便利だよ

下味にホール、仕上げにパウダーのダブル使いで香りが引き立ちますね！



しびれモツ

強シゲキハマる激辛！



■材料(1皿分)

- しびれ辛オイル(出来上がり量:約 570g)
キャノーラ油 500ml
GABAN® カエンペッパーホール 15g
A
GABAN® 四川赤山椒ホール 10g
GABAN® スターアニスホール 2g
長ねぎの青い部分(ぶつ切り) 100g
皮つきしょうが(薄切り) 40g
- B
GABAN® 一味唐辛子 100g
GABAN® 四川赤山椒パウダー 10g
水 30ml
- しびれモツ
豚モツ 70g
ポン酢しょうゆ 5ml
しびれ辛オイル 40g
長ねぎの青い部分の千切り 適量
GABAN® 四川赤山椒パウダー 適量

■作り方(調理時間:80分)※しびれ辛オイルを冷ます時間は除く。

- カエンペッパーは手でちぎり、中の種も捨てずにおく。スターアニスは適当な大きさに割る。フライパンにAの材料を入れ、長ねぎの青い部分がカリカリになるまで弱火にかけ、濾しておく。
- ポウルにBを入れてよく混ぜる。①の油を再び火にかけ、180℃になるまで熱し、少しずつ加えてよく混ぜ、冷ます。(※油跳ねに注意)
- 豚モツは細切りにして熱湯でゆで、ザルにあげ、ポウルに移してポン酢しょうゆを絡める。
- ③を器に盛り、②のしびれ辛オイルをかけ、長ねぎを添え、四川赤山椒パウダーをふる。

Spice info

- GABAN® 四川赤山椒ホール(花椒)
- GABAN® 四川赤山椒パウダー(花椒)
- GABAN® カエンペッパーホール
- GABAN® 一味唐辛子
- GABAN® スターアニスホール

さんしょう

モツやスジ肉に合うさわやかな
香りと舌を刺激するシビレ！

夏だれやつこ

夏だれの甘みはさんしょうがピリリ！



Spice & Food info

- GABAN® サンショウパウダー(花椒、山椒のミックス)
- GABAN® オリーブオイル EXハーブジン

