



ariさん

川越 有理

1971年 日向市出身 フードバイザー

県内在住。フードバイザーとして料理教室を開くなど幅広く活躍。「家ごはん」から「おもてなしごはん」まで幅広い食シーンを提案してくれます。

[和パルBanca] 宮崎市橋通西2-4-15 TEL:0985-69-8897

Desaki

デサキ宮崎店

宮崎県宮崎市吉村町東部第二土地区画整理事業地内39街区6
TEL:0985-33-9339

文具はもちろん!キッチン雑貨をはじめ、インテリアグッズやコスメ、ファッションなどライフグッズを多数取り扱っています。

ariさんちの
台所

—ズッキーニ—



1人前：約192kcal

ズッキーニのおめかしサラダ

【材 料 (4人分)】

ズッキーニ 2本(黄含む)
～ハムサラダ～

ロースハム.....3枚
クリームチーズ.....20g
～玉子サラダ～

ゆで玉子.....2個
マヨネーズ.....大1
～ポテトサラダ～

じゃがいも大1個
マヨネーズ.....大2
塩胡椒.....適量

塩.....適量

【作り方】

- ①ズッキーニは1/3をスライスして、塩をふりしんなりさせて水気を取っておきます。
- ②①の残りのズッキーニを5mm角に切って、塩をふりしんなりさせて水気をしっかりととり、5mm角に切ったハムとクリームチーズとよく混ぜ合わせます。
- ③ゆで玉子をつくりみじん切りにして、マヨネーズと合わせます。
- ④じゃがいもは皮をむき3cm角に切ってゆで、あらくつぶして塩胡椒、マヨネーズで調味します。
- ⑤皿に④→②→③→②の順で重ねて最後に①のズッキーニを彩り良く盛り付けてできあがり。お好みで水菜などを添えると彩りがきれいです。



セルクルなどの型を使うとより綺麗に盛り付けられます。



筆青～Brush Blue～シリーズ

長角皿 700円(税抜) / スモールボウル 500円(税抜)

民芸調の落ち着いた手描き感と筆感のデザイン。落ち着いた色味が大人モダンで老若男女問わず愛される器(美濃焼)。焼かれる窯の中では、焼かれる位置によって、温度差が出て、色の濃淡や風合いが違ってくることもあります。そのため、同じものは二つとしてなく、ひとつひとつの個性、風合いをお楽しみください。