

ハーブのある暮らし 33 ~日常で使えるハーブレシピや情報をお届けします。~

こんにちは。Wa-Cha greenpowerです。
今回のおすすめハーブレシピは「スパイシーブレンドを使った手作りベーコン」です。
ベーコンは野菜と一緒に炒めてよし!スープに入れてもよし!と何かと使える食材ですが、市販のベーコンは添加物の多さに少しためらいませんか(><)
このようなお悩みお持ちのかたにオススメしたいのが、今回ご紹介する手作りベーコンです。
添加物は使わず、しかも簡単に作れます。ぜひ皆さんも作ってみてください(^ ^)
☆Wa-Cha greenpower のハーブは無農薬にこだわっています。

スパイシーブレンドを使った手作りベーコン

<作り方>

- ① 豚バラ肉ブロックに塩麴を塗り、4~5日冷蔵庫に置きます。
↓
↓ (4~5日じっくり休ませます)
↓
- ② オーブンのトレイにアルミホイルを敷き、スパイシーブレンド10gを広げます。
- ③ 金網を置いて、①を置きます。
- ④ あらかじめ170度に予熱したオーブンで1時間焼きます。
- ⑤ 焼き終わったら、アルミホイルをかぶせてオーブン庫内で30分蒸らして出来上がりです。

塩麴の量はお肉の量とお好みに合わせてください。
参考までに、写真は豚バラブロック 800gに対して塩麴大匙3です。

アルミホイルの上に、ショウガとシナモンをまんべんなくスパイシーブレンドを広げます。

焼きはじめると、オーブン庫内から燻製されたいい匂いが漂ってきます!
表面に焼き色が付き、美味しそうに思いますが、食べてしまいそうですが、アルミホイルをかぶせて蒸らすこともお忘れなく!!

シナモンの甘い香りとジンジャーのピリッとした香りが引き立ちます。焼きたてベーコンはそのまま食べても美味しいです。厚切りにしてベーコンエッグも最高です!



☆スパイシーブレンドの美味しい飲み方

スパイシーブレンドは国産紅茶にジンジャーとシナモンをバランスよく配合しています。お湯を注ぐと良い香りが引き立ち、ホッとした気分で紅茶を楽しめます。はちみつ等の甘さを加えて飲むのも good!
濃く抽出して、はちみつ(または砂糖)とホットミルクで割ると美味しいチャイになります。



注文番号 95556	スパイシーブレンド(お試し)	15g	670円(税込)
注文番号 95563	スパイシーブレンド(お得用)	100g	2,700円(税込)
(国産紅茶・ジンジャー・シナモン)			

Wa-Cha green power は(特活)アジア女性自立プロジェクト(AWEP)を応援しています。
AWEP はフェアトレードなどを通じてアジアの女性の自立に取り組む団体です。
<http://fcc117.jp/awep/>

