

おつまみ料理レシピ

暑い時期はビールの季節でもあります。日本のビール会社ではお酒のつまみ用の料理レシピを中心に多彩なレシピを公開していますので、下記のように簡単に利用することができます。

1. インターネットエクスプローラの起動: 「スタート」 「インターネット」とし、「インターネットエクスプローラ」を起動。
2. ビール会社のおつまみ料理レシピホームページ: 次のURLでレシピを閲覧してみましょう。

(1) KIRIN 「おつまみ道場」:	http://www.kirin.co.jp/about/g_r/otsumami/
(2) ASAHI 「ズバうま! レシピ」:	https://www.asahibeer.co.jp/enjoy/recipe/
(3) SAPPORO 「お酒にピッタリ! おすすめレシピ」:	http://www.sapporobeer.jp/CGI/recipe/index/
(4) サントリー 「レシピ de Cooking」:	http://recipe.suntory.co.jp/

3. 「おつまみ道場」を見る: 「ファイル」 「開く」とし「www.kirin.co.jp/about/g_r/otsumami/」
と半角で入力して「OK」とします。 (アンダーバー) →

レシピページが開くので、「ジャンル別レシピ一覧」の「和食」「中華」「洋食」「エスニック」から
適当なジャンルを選択します。下図のようなカロリーや作りやすさも記載されたレシピリストが
表示されるので、料理に弱い男性でも、これを参考にしてレシピを選ぶことができます。
表のレシピ名をクリックすると、そのレシピの内容が詳しく分かります。

レシピ名	料理ジャンル	調理方法	作りやすさ	カロリー
ポテトフライとディップ	洋食	揚げる	とっても簡単	255kcal
いわしのソテー～菜園風～	洋食	煮る	ほどほど	375kcal
ゴーヤとコンビーフのキッシュ	洋食	焼く	わりと本格派	312kcal

ポテトフライとディップ

シンプルながら大人気のパーティ料理



料理ジャンル: 洋食

調理方法: 揚げる

作りやすさ: とても簡単

カロリー: 255kcal(一人当たり)

■ 材料(2人分)

じゃがいも 2個

塩 少々

たらマヨ(たらこ:大さじ1、白ワイン:小さじ1/2、マヨネーズ:大さじ2、玉ねぎのみじんぎり:大さじ1)

ピリ辛トマト(トマトみじん切り:大さじ1、玉ねぎのみじんぎり:大さじ1/2、ケチャップ:大さじ1、ウスターソース:小さじ1、白ワイン:小さじ1/2、レモン汁:小さじ1/2、タバスコ:少々)

ねぎクリーム(万能ねぎのみじん切り:大さじ2、クリームチーズ:大さじ2、塩・こしょう:少々)

■ 作り方

- [1] じゃがいもはよく洗って皮つきのまま8等分に切り分け、油で素揚げし、軽く塩を振る。
- [2] 薄皮を取ったタラコに白ワインを加えてほぐし、マヨネーズと玉ねぎを加えてよく混ぜ、たらマヨディップを作る。
- [3] ピリ辛トマトの材料を全て混ぜ、ピリ辛トマトディップを作る。
- [4] クリームチーズを室温で柔らかくもどし、万能ねぎ、塩・こしょうを加えてよく練り、ねぎクリームディップを作る。
- [5] お皿にポテトフライを盛り、各種ディップを添えてできあがり。

現在「特集」として「天ぷら」
をとりあげていますが、揚物
料理も含まれています。大変
おいしそうで、デジカメの撮影
にも参考になります。



「天ぷら」のページで「特集ラインアップはこちら」をクリックすると、
天ぷら、煮込み、雑炊、おでんや
点心、カレー、漬物などテーマ別
に多様なレシピが表示されます。
おせちやパーティ料理など華や
かな料理も出てきます。