

【黒にんにくのお焼風】



材料

- W熟成黒にんにく 好きなだけ刻む
- ツナ缶 1缶
- 野菜 お好みのものを適量
- とろけるチーズ お好みで適量

⇒全部を混ぜ合わせて、丸く両面を焼く

(写真は茹でたほうれん草、かぼちゃを食べやすい大きさにしています)

【黒にんにくとシソのオリーブオイル漬】

材料

- しそ 好きなだけ刻む (写真は10枚)
- W熟成黒にんにく 好きなだけ刻む (写真は5片)
- オリーブオイル 適量
- 梅肉、白ごま、鰹節 お好みで

⇒W熟成黒にんにく、しそ、梅肉、白ごま、鰹節を器で混ぜ、
全てが浸るくらいのオリーブオイルを入れる。

(しばらく置いた方が美味しくなります)

ワインなどのおつまみに、クラッカーにのせたり、サラダにかけても美味しいです



【黒にんにくのペペロンチーノ風】



材料

- | | |
|------------|---------|
| • スパゲッティ | 適量 |
| • W熟成黒にんにく | 好きなだけ刻む |
| • ブッキーニ | お好みで適量 |
| • オリーブオイル | お好みで適量 |

⇒スパゲッティを表示通り茹でる。輪切りにしたブッキーニを焼いて塩コショウ。W熟成黒にんにくを小さく刻み、茹でたスパゲッティにW熟成黒にんにくとブッキーニを盛りオリーブオイルをかけ、お好みで塩コショウする。

【黒にんにくと玉ねぎのドレッシング】

材料

- | | |
|-------------|---------|
| • W熟成黒にんにく | 好きなだけ刻む |
| • 新玉ねぎ | お好みで適量 |
| • ポン酢 | 大さじ1 |
| • サラダ油又はごま油 | 大さじ1 |
| • 酢 | 小さじ2 |
| • 塩 | ふたつまみ |

⇒ポン酢、サラダ油、酢、塩を予め混ぜたものに、すりおろした玉ねぎと刻んだW熟成黒にんにくを味を確認しながら混ぜ合わせる。

