

## 暮らし彩る！スパイス・セミナー「ハーブ編」

講師：飯沼敬子さん(ハウス食品株式会社、スパイスマスター)

2013年9月5日(木) 10:30~12:00 参加者：女性13名

今回のテーマはハーブです。バジルやオレガノ、タイム、ローズマリーなどフレッシュハーブとドライハーブの両方に触れ、香りを嗅ぎながら、一つ一つ説明がありました。そしてミックスハーブを2種類、実際に作って頂き、クリームチーズに混ぜてクラッカーにつけ、プチトマトのシロップ漬けローズマリー風味と一緒に試食しました。

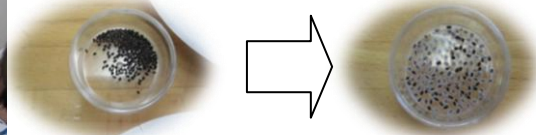


スパイスは植物からできており、3つの役割があります。  
1.香り付け 2.色付け  
3.辛み付け です。  
トマトケチャップやシャンプーなど身近な物に使われています！



机の上には、ハーブがいっぱい！ハーブの爽やかな香りがします (\*^\_^\*)

スイートバジルは魚介に合います！タイではアサリと一緒に売られています。ジェノベーゼソースを作る時はさっとバジルを湯通しすると色が鮮やかになります！などちょっとした豆知識も教えてもらえます♪



**バジルシード**

**水を含ませるとこんなに膨らみます！**

**東南アジアではデザートなどに使われます。**

さあ！ミックスハーブ作り！イタリアンハーブミックスは  
バジル：4  
オレガノ：3  
タイム：2  
パセリ：1  
の割合で混ぜます。



**作ったミックスハーブをクリームチーズに混ぜてディップにしました！プチトマトのシロップ漬けローズマリー風味と一緒に頂きました。美味しい♪**

天候の悪い中、たくさんの方が参加する楽しく和やかなセミナーとなりました。

お土産にザ・ホテルカレーと4種類のハーブを頂きました。たくさんの方より「早速頂いたハーブで家でもミックスハーブを作ります。」との嬉しい感想を頂きました。

次回は12月を予定しております。ご興味のある方は是非ご参加ください♪