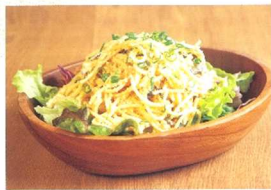


[素敵なフラススタイル] 2022年2月26日発売 (発信:イカロス出版)



マックサラダ
 Mac Salad

ハワイの定番料理「マックサラダ」は、アロハプレートでも人気のメニューです。今回は、アロハプレートのマックサラダの作り方を紹介します。

材料(2人分)
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1
 アスパラガス 100g
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1

1. ハウスとアスパラガスを洗い、アスパラガスの皮をむく。
 2. ハウスとアスパラガスを一口大に切る。
 3. フライパンにオリーブオイルを熱し、ハウスとアスパラガスを炒める。
 4. 塩コショウで味を調える。
 5. マヨネーズを加えて混ぜ合わせる。

材料(2人分)
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1
 アスパラガス 100g
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1



カルアポーク
 Kalua Pork



ハワイの定番料理「カルアポーク」は、アロハプレートでも人気のメニューです。今回は、アロハプレートのカルアポークの作り方を紹介します。

材料(2人分)
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1
 アスパラガス 100g
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1

ハワイの定番料理「カルアポーク」は、アロハプレートでも人気のメニューです。今回は、アロハプレートのカルアポークの作り方を紹介します。

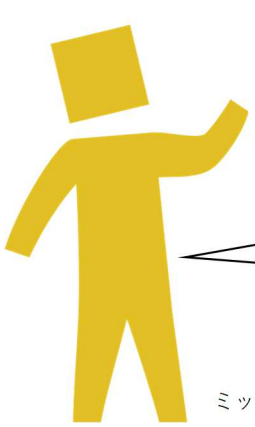
材料(2人分)
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1
 アスパラガス 100g
 ハウス1房(約100g) 1個
 フラッシュ アスパラガス 100g
 塩コショウ 少々
 マヨネーズ 大さじ1
 オリーブオイル 大さじ1



ALOHA PLATE

ハワイの定番料理「カルアポーク」とプレート料理の各店舗の「マックサラダ」は、どれもロカールな味とあって「アロハプレート」を堪能できる一品です。自宅で本場な味わいを楽しめる、ハワイにトリップしたかのようなデザートタイムを。

Vol.9
おうちでハワイごはん



ミックくん

ミックグループが運営している「ALOHA PLATE」は、全米のフードトラックレースで1位(2013年)を獲得したことがあるハワイアンフード店の日本初店舗です。
 今回、ALOHA PLATEで楽しめるハワイの家庭料理とハワイグルメには欠かせない名脇役のレシピをご紹介します。
 本件が、イカロス出版「素敵なフラススタイル」に掲載されました。