



EASY!SALT
パセリ&ガーリック
&オニオンのお塩

簡単！レモンバター風味のガーリックシュリンプ

【材料】 バナメイエビ（殻付き・大）…14～16尾

片栗粉…適量 塩…小さじ1/2

【下味】 にんにく（みじん切り）…2片分

※チューブの場合は小さじ1

オリーブオイル…大さじ3 レモン汁…大さじ2

【仕上げ】 バター…20g

パセリ&オニオン&ガーリックの小さじ1/2

【作り方】

- ① エビは背ワタをとり片栗粉で洗う
- ② ポリ袋にエビとにんにく、オリーブオイル、レモン汁を入れマリネする
- ③ スキレットにエビをマリネ液ごと入れ火にかける。殻が赤くなり背ワタを取った部分が開き始めたらひっくり返し裏面を2～3分焼く
- ④ パセリ&オニオン&ガーリックのお塩をふりバター20gをいれて完成



EASY!SALT
ジンジャー&長ネギ&
ガーリックのお塩

簡単！アウトドアレシピ くるくる野菜串焼き

【材料】 豚バラ薄切り

好みの野菜（トマト、ネギ、キャベツ、
かぼちゃ、えのき、しいたけ、アボガド）

ごま油 適宜

ジンジャー&長ネギ&

ガーリックのお塩 適宜

【作り方】

- ① お好みの素材に豚バラを巻きくしに刺す
- ② 焼き網または、鉄板にのせ、ハケでごま油を塗り、ジンジャー&長ネギ&ガーリックのお塩を適宜ふり、火が通れば完成



EASY!SALT
セロリシードのお塩

簡単！アウトドアレシピ スパニッシュオムレツ

【材料】 じゃがいも 3個 にんにく 1かけ

オリーブオイル 大さじ4

セロリシードのお塩 小さじ1/2

パルメザンチーズ（仕上げ）

【作り方】

- ① じゃがいもを火が通りやすいように、薄くスライスする。
- ② スキレットにオリーブオイルを入れ、にんにくとじゃがいもにオイルを絡めるように、炒める。
- ③ 卵4個をかき混ぜセロリシードのお塩を入れスキレットに投入
- ④ ふたもしくはアルミホイルをかけ卵がかたまったら火からおろす
- ⑤ 仕上げにパルメザンチーズをふり完成





パセリ&ガーリック &オニオンのお塩

EASY!SALT

簡単！レモンバター風味のガーリックシュリンプ

【材料】 バナメイエビ（殻付き・大）…14～16尾

片栗粉…適量 塩…小さじ1/2

【下味】 にんにく（みじん切り）…2片分

※チューブの場合は小さじ1

オリーブオイル…大さじ3 レモン汁…大さじ2

【仕上げ】 バター…20g

パセリ&オニオン&ガーリックの小さじ1/2

【作り方】

- ① エビは背ワタをとり片栗粉で洗う
- ② ポリ袋にエビとにんにく、オリーブオイル、レモン汁を入れマリネする
- ③ スキレットにエビをマリネ液ごと入れ火にかける。殻が赤くなり背ワタを取った部分が開き始めたらひっくり返し裏面を2～3分焼く
- ④ パセリ&オニオン&ガーリックのお塩をふりバター20gをいれて完成



ジンジャー&長ネギ& ガーリックのお塩

EASY!SALT

簡単！アウトドアレシピ くるくる野菜串焼き

【材料】 豚バラ薄切り

好みの野菜（トマト、ネギ、キャベツ、かぼちゃ、えのき、しいたけ、アボガド）

ごま油 適宜

ジンジャー&長ネギ&

ガーリックのお塩 適宜

【作り方】

- ① お好みの素材に豚バラを巻きくしに刺す
- ② 焼き網または、鉄板にのせ、ハケでごま油を塗り、ジンジャー&長ネギ&ガーリックのお塩を適宜ふり、火が通れば完成



セロリシードのお塩

EASY!SALT

簡単！アウトドアレシピ スパニッシュオムレツ

【材料】 じゃがいも 3個 にんにく 1かけ

オリーブオイル 大さじ4

セロリシードのお塩 小さじ1/2

パルメザンチーズ（仕上げ）

【作り方】

- ① じゃがいもを火が通りやすいように、薄くスライスする。
- ② スキレットにオリーブオイルを入れ、にんにくとじゃがいもにオイルを絡めるように、炒める。
- ③ 卵4個をかき混ぜセロリシードのお塩を入れスキレットに投入
- ④ ふたもしくはアルミホイルをかけ卵がかたまったら火からおろす
- ⑤ 仕上げにパルメザンチーズをふり完成

