

EPICURIOUS

エピキュリアス

カリカリ＆クリスピーな食感

生ハム端材を無駄なく楽しく

毎日暑いので、生ハム&よく冷えたプロセッコが恋しくなります。生ハムをスライスすると、マトネラでも端っこ部分がばらけて多少残ってしまいますよね。生ハムの端材は刻んでスープやソース、サルシッチャやパンの具材など様々な使えますが、今月のEpicuriousは「**カリカリ食感**」にフォーカスした、ちょっと楽しい活用法をご紹介します！

カリカリレシピ① 生ハムチップス

スナック感覚のヘルシーなおつまみです。サラダやピッツアのトッピングにも◎スライスする時にばらけてしまった生ハムを使うとちょうどよいサイズ感です。(画像はEXVオリーブオイルをまぶしてからトーストしたイタリアンブレッドにリコッタチーズ、蜂蜜、黒胡椒、ミント、生ハムチップスをのせたもの。)

■ 材料

生ハムスライスの端材 お好みの量

■ つくり方

1. 天板にクッキングシートを敷き、生ハムを並べる。
2. 165℃のオーブンに1を入れ、20～25分カリカリになるまで焼いて完成。



カリカリレシピ② 生ハムのキャラメリゼ

生ハムに砂糖のコーティングを施した端材活用アイデアです。アイス、パイ、タルト、チーズケーキなどに◎

■ 材料

砂糖 3カップ
生ハムの端材 1.5カップ

■ つくり方

1. 生ハムの端材はダイス状に細かく切っておく。
2. 中サイズのソースパンを火にかけゆっくりと砂糖を溶かし、1を加え3分よく混ぜる。
3. 2をクッキングシートに薄く広げて冷まし、固まったらお好みの大きさに割るか砕く。



カリカリレシピ③ 生ハム、チーズ、ナッツのフリコ

細かく刻んだ生ハムの端材とチーズ、ナッツを合わせて焼く、お手軽レシピ。つまみやすく香ばしく、味わい深い一品です。スパイスの辛味が少しあるので、ワインはもちろん白ビールやヴァイツェンと合わせるのもおすすめです◎

■ 材料

グラナ・パダーノor ベラ・ロディ(パウダー) 170g
生ハムの端材(細かく切ったもの) 60g
ヘーゼルナッツ(皮なし・細かく砕いたもの) 1/4カップ
乾燥ローズマリー(細かくしたもの) 小さじ1/4
カイエンペッパー 小さじ1/4
刻んだパセリ 大さじ1

■ つくり方

1. ボウルにパセリ以外のすべての材料を入れ、よく混ぜる。
2. 1を大匙2ずつクッキングシートに離して置き、直径5センチの円形に潰し広げる。
3. 175℃のオーブンで12～15分、焼き色がつくまで焼く。
4. オーブンから取り出し、パセリを散らす。粗熱がとれるまで5分ほど待ち、スパチュラでシートから取り外す。

