

ハーブチキンと春野菜のサラダ コリアンダー風味のにんじンドレッシング



ハーブ香るチキンと春野菜を、色のきれいなにんじンドレッシングで！
隠し味に加えたコリアンダーが効いています。

材料（20人分）

●ハーブチキン

鶏もも肉…900g
塩…9g
GABAN® ガーリックパウダー…8g

A
レモンの皮（みじん切り）…15g
GABAN® タイムホール…2g
GABAN® ローズマリーホール…4g
GABAN® オリーブオイルEXバージン…50ml

新じゃがいも…300g
ヤングコーン、さやいんげん…100g
ふき…150g
菜の花、そら豆（むきみ）…130g
ラディッシュ…45g
ベビーリーフ…200g

●にんじンドレッシング

にんじん…170g
りんご（可食部）…120g
りんご酢…37ml
はちみつ…35g
GABAN® コリアンダーホール…5g
サラダ油…200ml
塩…少々

レシピ（所要時間：40分※）

- ① 鶏もも肉に塩、ガーリックパウダーをまぶし1時間ほどおく。新じゃがは皮付きのままゆでて半分大きさに切る。
- ② ボウルにAを混ぜ、①、ヤングコーンを加えて和え、冷蔵庫でひと晩マリネする。
- ③ ②を250℃のオーブンで10分ほど焼く。冷めたら鶏肉はひと口大に切っておく。
- ④ そら豆はゆでて薄皮をむく。さやいんげん、菜の花、ふきはそれぞれゆでて、適当な大きさに切る。ラディッシュはくし形に切る。
- ⑤ コリアンダーホールはフライパンで乾煎りし、その他のドレッシングの材料と一緒にミキサーに加えてなめらかになるまで攪拌し、塩で味を調える。
- ⑥ 器にベビーリーフを敷き、③、④を盛りつけ⑤を添える。

※材料をマリネする時間は含みません。