

GABAN®

ラム肉と根菜のグリル



ハーブとスパイスがラムのうま味を引き立てる！
まぶすだけでちょうどよく味が決まり、本格的なのに手間を掛けさせません。

材料（1皿分）

ラムチョップ…2本

GABAN® ケバブシーズニング
…肉の重量に対して4%

GABAN® オリーブオイルEXバージン…適量

玉ねぎ…適量

かぼちゃ…適量

さつまいも…適量

栗の甘煮…2個

GABAN® オリーブオイルEXバージン…適量

レシピ（所要時間：20分）

- ① ラム肉にシーズニングをまぶし、15分ほどなじませておく。
- ② 天板にオーブンシートを敷き、①を乗せてオリーブオイル適量をかけ、220℃のオーブンで約12分焼く。
- ③ 野菜は食べやすい大きさに切り、さつまいもはあらかじめ蒸しておく。野菜にオリーブオイルを適量まぶし、グリルパンで両面を焼く。
- ④ 器にラム肉と野菜を盛りつける。

※肉に味をなじませる時間は含みません。