

無臭ニンニクのチーズ焼

無臭ニンニクを戴きました。無臭ニンニクって独特の食感と透明感がある食べ物で、気に入っている食材です。でもニンニクとは別物、別種だそうです。ニンニク特有の匂いの素であるアリシンは無臭ニンニクにはほんのちよっぴりだけ。だからスタミナ回復を期待するのは間違いだそうです。その代りサポニン含有していて肝機能向上に良いようです。無駄に跳ねまわる元気よりも、肝臓が良くなる方が、私にとってはうれしい気がします。

さて食感がうれしいということは、普通のニンニクのように、薄くスライスして焼いたのではその特徴がでませんよね。大きさも無臭ニンニクは2~3倍くらいです。で、1片を2つ切りくらいにして焼いてみたらウマかろうと考えたのです。これに他の野菜達も放り込んで、チーズ+塩+胡椒+パセリ なんかで味付け。どうでしょうか？



<無臭ニンニク・ナス・ズッキーニ・トマト・ピーマン・きのこ・etc>

+

<コンソメ顆粒+塩胡椒+溶けるチーズ+粉チーズ+七味唐辛子>

+

オーブントースターor 魚焼グリルで10分

これだけの量の野菜ですが、焼くと食べやすいのです。ウイスキー・ビールに合いそうな感じですね。無臭ニンニクですが、他の野菜とあわせて食べると、コク味が増す気がします。

酒を飲みながら肝臓を良くする、なんて都合の良い食べ方ではないでしょうか？

吸血鬼除けには無理でしょうけど...

Monsieur !

