

「白鶴 まる」から新提案！

5分で出来るおつまみや  
ちょい足しテクニックで新しい日本酒ドリンクを紹介する

特設サイト「まるらぼ～日本酒のある暮らし～」を公開

<http://www.hakutsuru.co.jp/marulab>

～レシピを試してSNSで投稿すると、「白鶴 まる」セットをプレゼント～

白鶴酒造株式会社（本社：神戸市、社長：嘉納健二、資本金：4億9,500万円）は、このたび、特設サイト「まるらぼ～日本酒のある暮らし～」を2017年2月24日（金）にオープンいたしました。

「まるらぼ～日本酒のある暮らし～」は、日本酒売上No.1ブランド※「白鶴 まる」を幅広い年代の方に手軽にお楽しみいただきたいという想いから立ち上げた、日本酒の新しい楽しみ方を提案する特設サイトです。このたび、料理研究家・ラク家事アドバイザーとして活躍する島本美由紀さん監修のもと、＜5分で完結する日本酒との相性抜群おつまみ＞と＜ちょい足しテクニックで新しい日本酒ドリンク＞のレシピを考案し、同サイトにて公開しています。

また、直前に迫ったひなまつりに向けて、簡単で可愛いちらし寿司のレシピもご紹介。今回公開したレシピ13品は、料理が苦手な方でも試しやすいメニューばかりを集めました。家庭の食事が楽しくなる「白鶴 まる」とオリジナルレシピを、ご家族や友人と是非一度お試しください。

■サイトURL：<http://www.hakutsuru.co.jp/marulab>



#### 【SNS 投稿キャンペーン】

SNS アカウント「@marulab\_maru」をフォローして、「#まるらぼ」「#日本酒のある暮らし」の2つのハッシュタグを付けてメニューを実践した写真をSNSに投稿してくださった方の中から先着で200名様に「まる」「まる辛口」「米だけのまる 純米酒」各200mlの3本セットをプレゼントいたします。



## 【「まるらぼ～日本酒のある暮らし～」について】

日本酒売上 No.1 ブランド(※)で、親しみやすい日本酒「白鶴 まる」は、軽快な口当たりとしっかりとした押し味で、幅広い料理と相性が非常に良く、料理そのもののおいしさを引き立ててくれるお酒です。

そんな「まる」から生まれた「まるらぼ～日本酒のある暮らし～」では、日本酒をもっと手軽に楽しんでもらえるよう、ご家庭でも簡単に作ることができるレシピを紹介しています。

(※)インテージ SRI 調べ 日本酒 2016年1月～12月累計販売金額(全国 SM/ CVS/ 酒 DS 計)

## 【料理研究家・ラク家事アドバイザー島本美由紀さん監修！まるらぼオリジナルレシピ】



～プロフィール：島本美由紀さん～

料理研究家・ラク家事アドバイザー

忙しい主婦や一人暮らしの人に向けて、身近な食材でパッと作れるおいしい時短レシピを考案。テレビや雑誌を中心に活躍し、旅やお片づけなどの暮らし全般のハッピーもプロデュース。著書は35冊を超える。

### 島本さんに聞く、「日本酒の魅力と楽しみ方」

ふんわりと漂う甘い香りと、爽やかな味わいが人気の日本酒。夏は冷やして、冬は燗でと、飲み方を変えて味わいの違いを楽しめるだけでなく、和食や洋食、中華にエスニックなどの幅広い料理とも好相性。さまざまな料理シーンに合うのが日本酒の魅力です。お酒が苦手な人や弱い方におすすめなのが、日本酒のちょい足し。ハーブティーやコーヒー、ココアなど、好きなドリンクに少量の日本酒を加えて飲んでみてください。味わいがまるやかになってとても飲みやすく、心がほっと安らぐ1杯になりますよ。ぜひ、新しい日本酒の飲み方をご家庭で楽しんでみてください。

#### ○5分で出来るおつまみレシピ

- ①カマンベールチーズフォンデュ
- ②じゃがいもとソーセージのコンソメ炒め
- ③アスパラベーコンの温玉のせ
- ④生ハムとフルーツの彩りサラダ
- ⑤餃子の皮でひとくちピザ
- ⑥レンジで簡単！あさりのキムチ蒸し
- ⑦大人のひなまつりメニュー・花咲くちらし寿司

#### ○日本酒アレンジドリンク

- ①日本酒ほうじチャイ
- ②焼きマシュマロコーヒー酒
- ③ホットヨーグルト酒
- ④さくら酒
- ⑤柚子ジンジャーのソーダカクテル
- ⑥日本酒 in フルーツウォーター

※レシピの詳細は特設サイトをご覧ください。 <http://www.hakutsuru.co.jp/marulab>

## 【5分で出来るおつまみレシピ】

### <カマンベールチーズフォンデュ>

カマンベールチーズをそのまま器として使えば、5分でおしゃれなおつまみの完成。日本酒を加えることで、味にまるやかさが加わり、さらにおいしくなります。

材料 (2人分)

カマンベールチーズ	1個
日本酒 (白鶴 まる)	大さじ1/2
グリッシーニやクラッカー	各適量
お好みの野菜	適量

作り方

- ①カマンベールチーズは中央に丸く切込みを入れ、表面の白い部分だけを取り除く。
- ②耐熱皿にのせ、ラップをかけずに電子レンジで1分30秒～2分ほど加熱し、チーズがやわらかくなったら真ん中に日本酒をたらして軽く混ぜる。
- ③器に盛り、グリッシーニやクラッカー、お好みの野菜を添える。



### <じゃがいもとソーセージのコンソメ炒め>

冷蔵庫にあるいつもの食材で、パパッと作れる炒めもの。女性はもちろん、食べ応えもあるので男性も満足するおつまみメニューです。

材料 (2人分)

じゃがいも (中)	1個
サラダ油	大さじ1/2
ソーセージ	2本
顆粒コンソメ	小さじ1
黒胡椒	少々

作り方

- ①じゃがいもはよく洗い、皮付きのまま2mm幅の細切りにする。さっと水で洗い、ペーパータオルで水気をよく取る。ソーセージは斜め薄切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を入れ熱し、①を加え中火で炒める。
- ③じゃがいもがまんのり透き通ってきたら、顆粒コンソメを加えてひと混ぜし、仕上げに黒胡椒をふる。



### <アスパラベーコンの温泉卵のせ>

焼いたアスパラとベーコンに、温泉卵とマヨネーズの濃厚ソースを絡める温サラダ。手軽に作り、日本酒にもよく合います。

材料 (2人分)

アスパラ	5～7本
ベーコン	1/2枚
温泉卵	1個
塩	小さじ1/3
オリーブオイル	小さじ1
マヨネーズ	適量
黒胡椒	適量

作り方

- ①アスパラは根元を切り落とし、下1/3の皮をピーラーでむく。バットに並べ、全体に塩をふって、オリーブオイルをまぶす。ベーコンは1cm幅に切る。
- ②フライパンを熱し、①を並べて中火で焼き色がつくまで焼く。
- ③器に盛り、マヨネーズをかけ温泉卵をのせる。仕上げに黒胡椒をふる。



### <生ハムとフルーツの彩りサラダ>

たっぷりのフルーツと生ハムを一緒に盛りつけて、お花畑のようにかわいいオードブルサラダに！ちょっとしたパーティにもおすすめの1品です。

材料 (2人分)

生ハム	20g
お好みのフルーツ (いちご・オレンジ・キウイ・パイナップル・ブルーベリーなど)	200～300g 各適量
レモン汁	大さじ1/2
ミント	適量
オリーブオイル	適量
黒胡椒	適量

作り方

- ①フルーツは皮をむき、食べやすい大きさに切って生ハムと合わせ、レモン汁をふって和える。
- ②器に①を彩りよく並べ、ミントを飾る。
- ③オリーブオイルをまわしかけ、仕上げに黒胡椒をふる。



## <餃子の皮でひとくちピザ>

餃子の皮で作るお手軽クリスマスビーザ。焼き鳥缶を組み合わせれば、照り焼きチキンの和風ビーザが完成！瓶詰のなめたけ、海苔の佃煮でも作れますよ。

### 材料 (2人分)

焼き鳥缶	1缶 (85g)
玉ねぎ	1/8個
餃子の皮	4~5枚
マヨネーズ	大さじ1/2
ピザ用チーズ	適量
万能ネギ (小口切り)	適量
刻み海苔	適量

### 作り方

- ①玉ねぎは薄切りにして軽く水にさらし、ペーパータオルで水気を取る。
  - ②ボウルに①と焼き鳥 (缶汁ごと)、マヨネーズを入れ和える。
  - ③餃子の皮に②とピザ用チーズを乗せ、トースター (1000w) でチーズに焼き色がつくまで加熱する。
  - ④仕上げに万能ねぎと刻み海苔を飾る。
- ※トースターがなければ、フライパンに餃子の皮と具材を乗せ (油などは不要)、蓋をして中弱火で4~5分蒸し焼きに。



## <レンジで簡単! あさりのキムチ蒸し>

定番の酒蒸しにキムチを加えてほんのりピリ辛に! レンジ加熱でパッと作れるのもうれしい。ごま油と万能ネギがさらに香りと彩りを添えてくれます。

### 材料 (2人分)

あさり	約160g
キムチ	50g
日本酒 (白鶴 まる)	大さじ1
ごま油	小さじ1
万能ネギ (小口切り)	適量

### 作り方

- ①あさりは殻をこすり合わせて洗う。キムチは食べやすく刻む。
- ②耐熱皿に①を乗せ、日本酒とごま油をまわしかける。
- ③ふんわりとラップをして電子レンジで (600w) で4分加熱し、仕上げに万能ねぎを散らす。



## 【簡単! かわいい! ひなまつりレシピ】

### <花咲くちらし寿司>

スモークサーモンをくるくると巻いてバラの花に。混ぜるだけの簡単ちらし寿司にかわいくデコレーションすれば、女子が喜ぶケーキ寿司の完成です。

### 材料 (1個分)

ごはん	0.5合
すし酢 (市販品)	大さじ1
白いりごま	小さじ1
枝豆 (さやから出したもの)	約30g
錦糸卵 (市販品)	適量
スモークサーモン	2切れ
いくら・ホタテ	各適量
チャービル	適量

### 作り方

- ①スモークサーモン1枚はくるくると巻いて芯にし、もう1枚を花びらのように巻きつけてバラの花にする。
- ②炊きたてのご飯にすし酢をまわしかけ、白いりごま、枝豆を加えてよく混ぜる。
- ③牛乳パックを高さ8センチ程度に切り、ラップを敷き詰め、錦糸卵を均一に入れる。②を敷き詰め、ひっくり返して牛乳パックからそっと抜き、器に盛る。
- ④①を乗せ、まわりにチャービル、いくら、ほたてを飾る。



## 【日本酒アレンジドリンク】

### ■ホットドリンク



#### <日本酒ほうじチャイ>

ティーバッグのほうじ茶で作るお手軽チャイ。緑茶や紅茶などに比べてカフェインが少なくリラックス効果も高いので、眠れない夜にもおすすめです。

##### 材料 (1人分)

ほうじ茶 (ティーバッグ)	1袋
シナモン (粉末)	適量
カルダモン (粉末)	適量
日本酒 (白鶴 まる)	大さじ1~2
A牛乳	100ml
水	100ml
黒糖	大さじ1

##### 作り方

- ①ティーバッグのほうじ茶は紙タグを取っておく。
- ②鍋に①とAを入れて火にかけ、沸騰直前で火を止める。日本酒を加えフタをして3分蒸らす。
- ③ティーバッグを取り出してカップに注ぎ、シナモン、カルダモンの粉末スパイスをふる。

### ■アイズドリンク



#### <さくら酒>

カップに咲いた淡いピンク色が春にぴったり。日本酒に氷を加えることで口当たりがマイルドになります。ホットにするのもおすすめです。

##### 材料 (1人分)

桜の塩漬け	2枚
日本酒 (白鶴 まる)	100ml
水	適量

##### 作り方

- ①桜の塩漬けは、ぬるま湯でさっと洗い塩抜きする。
- ②グラスに氷と①を入れて日本酒を注ぐ。



#### <焼きマシュマロコーヒー酒>

日本酒を加えた大人のコーヒーに、香ばしく焼いた甘いマシュマロをプラス。ふわっと溶けたマシュマロが、とってもクリーミー。

##### 材料 (1人分)

ブラックコーヒー	1杯分
日本酒 (白鶴 まる)	大さじ1
マシュマロ	3個

##### 作り方

- ①耐熱カップにコーヒーを注ぎ、日本酒を加える。
  - ②マシュマロを浮かべ、トースター (1000w) で焼き色がつくまで1分加熱する。
- ※トースターがなければ、竹串にマシュマロを挿し、コンロでさっと炙ってからカップに加えても。



#### <ホットヨーグルト酒>

日本酒にヨーグルトを合わせて、口当たりのやさしいホットカクテルに！飲みやすいので、日本酒初心者にもおすすめの1杯。あたためずにそのまま冷やして飲んでもおいしいですよ。

##### 材料 (1人分)

ヨーグルト (無糖)	100ml
日本酒 (白鶴 まる)	100ml
はちみつ	大さじ1

##### 作り方

- ①耐熱カップに日本酒とはちみつを入れてよく混ぜる。
- ②ヨーグルトを加えてひと混ぜし、電子レンジで1分加熱する。



#### <柚子ジンジャーのソーダカクテル>

爽やかな柚子の香りとピリッとした辛みで、のど越しスッキリなおしゃれなカクテル。チューブタイプのショウガなら混ぜるだけなので簡単です。

##### 材料 (1人分)

柚子ジャム	大さじ1
日本酒 (白鶴 まる)	大さじ1
ショウガ (チューブタイプ)	小さじ1/2
炭酸水	100ml
ミントの葉	1枚
氷	適量

##### 作り方

- ①グラスに柚子ジャムと日本酒、ショウガを入れよく混ぜ、氷を加える。
- ②炭酸水を注いでミントを飾る。



#### <日本酒 in フルーツウォーター>

カラフルな色合いが楽しめるフルーツウォーターに、日本酒をちょっぴりプラス。フルーティーで飲みやすい、華やかなドリンクです。

##### 材料 (1人分)

オレンジ	1/8個
リンゴ	1/8個
ブルーベリー	10粒
ミネラルウォーター	200ml
日本酒 (白鶴 まる)	大さじ1~2
レモン (薄切り)	1枚
ミント	1枚

##### 作り方

- ①オレンジとリンゴは皮をよく洗って、皮付きのまま食べやすい大きさに切る。
- ②容器に①とブルーベリー、レモンを入れミネラルウォーターを注ぎ冷蔵庫で1時間以上冷やす。
- ③日本酒を加えひと混ぜし、ミントを飾る。