

# 油屋ごはん

書籍「油屋店主の旨いものレシピ／油屋ごはん」

著者／青木絵麻（油売リエマ 金田油店元店長、現アドバイザー）

出版社／アスキー・メディアワークス（2009/1/13）

掲載オリーブオイルは現在終売のものが多くあります。当店販売中でおすすめオイル対応表をご参照ください。

現在もブログ「油屋ごはん」にてレシピ更新中！ <https://blog.abura-ya.com/>

（2021年3月）

レシピ名	掲載ページ	デルポンテシルバー	デルポンテゴールド	アロンソ	ナフィサデュース	ナフィサインテンス	メルラ	マルケス	カシータス	パラシオ	スエルテアルタピクアル	スエルテアルタクバージュ	パンタレオ	高尾農園	木頭柚子オリーブ
にんじんのパワーサラダ	12		●			●				●	●				
究極のポテトフライ	15	●		●	●		●								
レンズ豆とタコのサラダ	17		●			●			●			●			
冬野菜のくたくた煮	18	●		●	●		●	●							
かぼちゃのチーズ焼き	22		●			●				●					
手作り豆腐のブロックリーピュレのせ	24			●				●					●	●	
焼きなすのペースト	28	●	●	●				●	●						
鱈のペースト	28	●	●	●				●	●						
ひよこ豆のペースト（フムス）	28		●			●				●					
白身魚のカルパッチョ グレープフルーツ添え	30			●				●					●	●	
牡蠣のソテーとブルーチーズのサラダ仕立て（焼く）	33	●		●	●			●							
牡蠣のソテーとブルーチーズのサラダ仕立て（仕上げ用）	33								●		●		●		
トマトの香りオイルマリネ	34	●		●				●		●			●		
ズッキーニプレート	35		●						●				●		
タパス2種	40	●			●		●			●					
秋刀魚のオリーブオイル煮	42		●	●				●		●					
あさりと柚子生麩のオイル蒸し	43			●									●		●
スパイシーオニオンチーズパイ	44	●		●				●							
羊肉とひよこ豆のトマト煮込みクミン風味	49					●				●	●	●			
オリーブオイルと佃煮の混ぜごはん	94							●	●				●	●	