

大ヒット!MAYAさんの **お弁当BOOK** / かなり使える **新じゃがレシピ** / **卵レシピ**



# ムスタックラブ

3

2020 MARCH  
vol.903

特別定価 ¥499



へとへとな毎日を、もっとラクに、楽しく!

MAYAさんの  
作りたくなる  
お弁当BOOK



大好評連載!

増田貴久

連載  
オトナのNEWS



買い物すらいや...



最小限で作れるレシピ、  
考えました!

特別第1付録

テレビで話題!

買い物メモ大好評!

献立カレンダーBOOK 3月

1カ月分の  
献立カレンダー  
BOOK 3月

# 力尽きた日の 晩ごはん

整理・収納 **新発見! 「ゴミ箱」を見直したら家事がラクに!**

心の栄養 **ジェーン・スーさん**  
いまこそ「甘え力」が必要!



料理 **私の偏愛「卵」レシピ**

**「新じゃが」**って超便利!





**ふぐ一筋の老舗が作る**  
**ふぐのうまみが詰まった一品**

**博多 津みの「ふくのオイル漬けコンフ バジル風味」**

大正12年に創業したふぐ料理の老舗料亭が手がける一品は、ふぐのうまみをぎゅっと凝縮させたオイル漬け。バジルをはじめとする数種類のハーブで風味をつけたこちらは、そのままでおつまみとしてはもちろん、サラダやパスタなどの素材にぴったり。ふぐを手軽に楽しめる瓶詰は保存性も高く、ギフトにもおすすめです。各120g ¥950 / 博多 津み ☎092(291)0231



**ランチにもディナーにも**  
**本場イタリア仕込みの味を**

**フォカッチェリア アルタムーラの「フォカッチャ」**

イタリア全土の中でも、パンで名高いプリア州アルタムーラでパン修業をした店主による、フォカッチャ専門店です。じゃがいもを練り込んだ生地は、表面がカリッ、中はふっくらとした焼き上がり。ローズマリーやオレガノが香り、料理を引き立ててくれます。ワインやビールの小供にも抜群。各¥650(税込み) / フォカッチェリア アルタムーラ ☎03(6265)3842

**料理やスイーツにかけてどうぞ**  
**ハーブの新しい味わい方です**



**ハーブラボラトリーの「かけるハーブ」**

有機栽培ハーブを使用した、新しいスタイルの調味料。丸ごと粉末状にしたドライハーブの香りや彩り、栄養を料理やスイーツにプラスします。粉末だしと塩塩に合わせたハイビスカス、釜炒り緑茶、マルベリージンジャー、てんさい糖に合わせたローズヒップ、カカオニブの全5種類があります。各3g×8包入り ¥600 / ハーブラボラトリー <https://herblaboratory.co.jp/>

**カップの中を眺めても楽しい**  
**自然そのままのハーブたち**



**ル・ベネフィックの「ハーブティー セレクション」**

野生の植物を1本ずつ手で摘み取り、そのままの形を残すように丁寧に乾燥。花や葉のついた本来の姿を楽しみながら、自然のハーブが持つ力をダイレクトに味わえます。ラベンダーフラワー、ラベンダー、リンデン、マウンテンセージ、タイム、カモミールの6種類のフレーバーを詰め合わせに。6種×3本入り ¥4,500 / kusakanmuri <http://www.kusakanmuri.com/>

暮らしを彩る、ちょっといいもの集めました

# LETTUCE *Clip*

今月のテーマは、豊かな香りに食欲がアップ、リラックス効果も期待できるハーブと、自宅でいつでもセルフケアができる、使い心地抜群の美容グッズを大特集します。

撮影 / 安井真喜子 スタイル / 中村弘子 編集協力 / 入谷奈穂 デザイン / monostore



## Food

Theme  
**ハーブ**

さまざまな料理やスイーツなどにあるハーブ。香りのアクセントは素材の味わいを引き立ててくれます。ハーブをふんだんに楽しめるフード&ドリンクをピックアップ

**シチリアの恵みをブーケに**  
**ふわっと広がる香りで**  
**南イタリア気分の食卓を**



**セドリック・カサノヴァの「ニーノのオレガノブーケ」**

パリで一流シェフたちも支持する、シチリア産のオリーブオイルと食材のブティック「ラ・テット・ダン・レ・ゾリーヴ」のアイテムを日本で展開するショップ。シチリアの家庭では欠かせないオレガノは、花が咲いたものを天日で乾燥させてブーケに。花をほぐすとすがすがしい香りが広がります。パスタやピザなどにかけても、そのまま水につけてハーブウォーターにしても◎。1束約50g ¥980 / セドリック・カサノヴァ <https://www.cedriccasanova.jp/>