

PRESS RELEASE

2022年6月24日

USA ライス連合会／“茹でおコメレシピ”、夏のライスサラダを推奨 カリフォルニア米「カルローズ」が活きるプロのレシピを家庭でも

USA ライス連合会日本代表事務所（本部：米国バージニア州）は、カリフォルニア産の中粒種のおコメ「カルローズ」を使用したレシピを開発し、認知促進活動を展開しています。軽い食感でスープやドレッシングとの相性が良いおコメとして、レストランシェフからも高い評価を受けています。この夏には、日本ではまだ馴染みのない「ライスサラダ」の新レシピを開発、炊飯せず、生コメを茹でることで簡単かつ少量でも調理できる、おコメを加えたヘルシーなカルローズのライスサラダを提案いたします。

茹でたおコメの食感が新鮮！2022 夏の新レシピ「スウィートチリ風味のライスサラダ」

暑さによる疲れやだるさで、食欲が落ちてしまいがちな夏に、元気をくれる！ 料理家 KEITA さん考案のエスニックレシピです。コンセプトは、生春巻きテイストのライスサラダ。タイ料理の味わいとおコメの歯ごたえが、食欲をそそります。甘辛で軽い食味ながらボリューム感も満点、添えたソースを混ぜていただくスタイルは、ワイワイと食べる一品にも最適な、美味しさと楽しさを兼ね備えた夏レシピです。



家庭でできる一工夫、プロが教える カルローズの美味しさと楽しさのポイント

ライスサラダは、おコメを茹でて、具材と混ぜ合わせて仕上げますが、日本米を使う場合は、茹でる時に気を付けないと、おコメが崩れてしまいます。カルローズは、野菜を茹でる感覚で特に気を付ける必要はなく、とても使いやすいおコメです。

具材と合わせる時も、日本米は混ぜるほど崩れてしまい、粘り気も出すぎて、全体がベタつき気味になります。カルローズはさらりとしていて、他の食材やソースとなじみながら、食感がしっかり残ります。サラダはもちろん、リゾットやピラフなど、おコメを調理する工程があるメニューに向いています。

<KEITA 氏プロフィール>

料理家／『Casa K 横浜』 代表

イタリア郷土料理をベースに、身近な食材を使い、自宅で簡単に作れるイタリア料理を提唱。料理教室の運営から出張料理、テレビや雑誌等、メディアでの調理指導やフードコーディネーター、レシピ開発など、多方面で活躍。イタリアオーガニックブランド『アルチェネロ』アンバサダーも務めている。 <https://www.instagram.com/keitacooks/>



■レシピ詳細

●材料 分量：約2人前

カルローズ	・・・	70g
茹でエビ	・・・	12尾
パクチー	・・・	1茎
セロリ	・・・	1/4本
きゅうり	・・・	1/2本
小ネギ	・・・	1本
赤玉ねぎ	・・・	1/4個
プチトマト	・・・	3個
ライム	・・・	1/2個
チリペッパー	・・・	小さじ1/2
ごま油	・・・	大さじ2
塩	・・・	適量
ピーナッツ	・・・	10g
スイートチリソース（市販品）	適量	

●作り方

1. パクチーはざく切り、セロリ、きゅうりは1cm角、小ネギは小口切り、赤玉ねぎは薄くスライスし、プチトマトは半分に切っておく。
2. 鍋に塩を入れたお湯（塩分濃度1%）を沸かし、カルローズを洗わずに加え、中火で約15分茹でる。
3. 2が茹で上がったらザルにあけて流水で洗い、水気を切って冷やしておく。
4. ボウルに3のカルローズ、搾ったライム、チリペッパー、塩、ごま油を入れてよく混ぜ合わせ、器に盛り付ける。
5. 上に1の野菜類、むきエビを盛り付け、粗く砕いたピーナッツを散らす。
6. スイートチリソースを添えて完成。



おコメは茹でて使います。

他のカルローズレシピはこちらから：<https://www.usarice-jp.com/recipe/index.html>

■当プレスリリースに関するお問い合わせ先■

USAライス連合会日本代表事務所 電話 03-3292-5507 メール info@usarice-jp.com

広報担当 清(すが) [メール michiru.suga@gmail.com](mailto:michiru.suga@gmail.com)

かる〜いおコメ、たのしいおコメ カルローズ

USAライス連合会(本部：米国バージニア州アーリントン)は、米国のコメ産業界の中核4団体で構成されている全国組織です。米国農務省の管轄のもとで活動を行う、非営利の外郭団体です。米国で生産されるおコメについての正しい理解の促進と拡販のために、各種販促活動やサポート活動をしており、輸入・販売などの商取引は一切行っておりません。