



cookie

ローズゼラニウム・オレガノ・
フェンネル・ローズマリー



fish

タイム・ローズマリー・
フェンネル



Live with herb

Tamura engai

ハーブを楽しむ
ハーブと一緒に暮らす

Herb Cooking

クッキング



Salad

ルッコラ・ディル・チャービル・
チャイブ・コリアンダー・
スूपセオリ・サラダバーネット



jam

ルバーブ・ワイルドストロベリー

フレッシュ保存

収穫したハーブを水洗いし水気を取り、
軽く濡らしたキッチンペーパーで切り
口をまき、保存パックに入れ野菜室で1
週間近く保存できる。

冷凍保存

収穫したハーブを水洗いし水気をとり、
全草をラップでくるみ保存パックに入れ
冷凍庫で数週間保存できる。

ドライ保存

自然乾燥

収穫したハーブを水洗いし水気を取り、
ネットなどに入れ風通しがよく直射日
光の当たらない場所で乾燥させる。

レンジ乾燥

水気を取ったハーブを皿に並べ500Wの
レンジで2分加熱。その後はハーブを見
ながら1分ずつ温め乾燥させる。



meat

ローズマリー・タイム・
オレガノ