

## 作り置き調味料②「ガーリックオイル」

炒め物やパスタ、サラダやなどにも活用できるガーリックオイルを作り置きしてみませんか？

玉ねぎやナス、にんじんなど、身近な野菜を焼いて塩コショウとガーリックオイルをかけるだけでも、食卓に1品追加できます。

### 用意するもの

- ・オリーブオイル・・・200ml
- ・にんにく・・・3片をみじん切り
- ・ローリエ・・・2枚（お好みで、なくてもOK）
- ・鷹の爪・・・1本（お好みで、なくてもOK）

### 作り方

- ① フライパンにオリーブオイルを入れる
- ② にんにく、その他（あれば）を入れ、焦げないように弱火でじっくりと加熱する
- ③ 冷ましてから煮沸消毒した容器に入れて冷蔵庫で保存します