

自宅で海外気分を味わえる簡単オーブンレシピ

## **Miele で旅するおうちごはん -フランス編- インスタライブを開催**

10月10日（日）18:00より料理家・SHIORIさんが登場  
SHIORIさんオリジナルレシピとオーブン料理の魅力を紹介

ミーレ・ジャパン株式会社（本社：東京都目黒区、代表取締役社長：富田晶子）は、オーブンをはじめとする Miele のビルトイン調理機器で作る「Miele で旅するおうちごはん -フランス編-」インスタライブを開催します。



**SHIORIさん公式 Instagram (@shiorikaregohan) からメイン配信  
配信 URL : <https://www.instagram.com/shiorikaregohan/>  
Miele 公式 Instagram : @miele\_japan**

「Miele で旅するおうちごはん -フランス編-」インスタライブでは、まだまだ海外旅行に行けない状況が続く中、自宅での食事時間をより楽しく過ごせるよう、フランスの家庭料理をテーマにオーブンで簡単に作ることができるレシピをご紹介します。

10月2日（土）は、デイリーライフディレクター石岡真実さんをお迎えし、ピーマンのブレゼ、タコとアボカドのマリネなど1時間で計4品を調理しました。Miele のオーブンで初めて調理をした石岡さんは「オーブンに調理を任せている間、他のお料理が作れる、時間が使える。とにかく静か。作っているときも優雅な気分になります。」とオーブンの魅力を語りました。

10月10日（日）は、料理家 SHIORI さんを迎え、ご本人実演によるレシピを紹介します。

### SHIORIさんよりコメント

自宅でも、ミーレの食洗機を愛用していますがオーブンも使い勝手が良いそうでとても楽しみです。インスタライブでは、長年わたしのレッスンで人気の、旅するおうちごはん と Miele のコラボレーションでフランスの家庭料理をご紹介します！

さらに、10月2日（土）～24日（日）の期間中、ライブで紹介したレシピを作成し、お料理写真にハッシュタグをつけてインスタグラムに投稿すると抽選で各5名様にプレゼントを進呈。ハッシュタグは Miele 公式 Instagram アカウント (@miele\_japan) をフォローし、当日ライブ視聴よりチェックしてください。

## Miele で旅するおうちごはん -フランス編- 石岡真実さん編

詳しいレシピと作り方は Miele 公式 Instagram アカウント (@miele\_japan) で紹介しています。



### <メニュー>

ピーマンのブレゼ  
キャベツのエチュベ  
タコとアボカドのマリネ  
ミモレットチーズポテト



### オーブン料理のポイント・楽しみ方

#### 石岡さんよりコメント

ピーマンのブレゼのポイントは、とにかく放って置いて味をなじませることが大切。オーブン料理は、調理を任せている間に他のお料理が作れるなど、他に時間をつかえる点が魅力的ですね。Miele のオーブンはとにかく静か。また操作も分かりやすく、優雅な気持ちでお料理を楽しめます。

### <ゲストプロフィール>



#### **デイリーライフディレクター・石岡真実**

1985 年生まれ。青森県出身。某アパレル会社で 10 年、販売からヴィジュアルプレス等を経て、現在は様々なブランドとのコラボレーションや PR を手掛ける。一児の男の子ママ。156 センチという低身長を感じさせない、シンプルで着回しやすいファッションと、こだわりのライフスタイル、自然体で飾らない人柄で多くの女性から人気を集めている。

Instagram では日常のお料理についても発信。器にこだわった、彩豊かな食卓のお写真が支持されている。Instagram：@mami\_ishioka



#### **料理家・SHIORI**

レシピ本『作ってあげたい彼ごはん』をはじめ、著書累計は 400 万部を超える。フランス・イタリア・タイ・ベトナム・台湾・香港・ポルトガル・スペインでの料理修行経験があり、和食にとどまらず世界各国の家庭料理を得意とする。代官山のアトリエでは 6 年間料理教室『l'atelier de SHIORI』を主宰し、2020 夏からはレッスンの場をオンラインへと移す。一児の母で、家族が喜ぶ家庭料理を幅広く提案している。

Instagram アカウント：@shiorikaregohan

## Miele で旅するおうちごはん -フランス編- プレゼントキャンペーン

■応募期間： 10/2(土)~10/24(日)

■応募方法： ①公式アカウント @miele\_japan をフォロー。  
②ライブ配信を視聴しハッシュタグをチェック。  
③ライブで紹介したレシピを作成し、  
お料理写真にハッシュタグをつけて投稿



■プレゼント： 石岡さんレシピ投稿で Miele ロゴ入りハーブミル 5名様  
SHIORI さんレシピ投稿で SHIORI さんのレシピ本(サイン入り) 5名様

※本キャンペーンへ投稿いただく写真は、Miele アカウントにてご紹介する場合がございます。  
※アカウントを公開しご投稿ください。非公開ですと投稿の確認ができなくなります。  
※当選者の方へ DM にてご連絡させていただきます。

### Miele ホームエコノミストが紹介するオーブン料理の3つのメリット

Miele 製品と調理の専門アドバイザー・Miele ホームエコノミストに聞いた、  
オーブン料理を楽しむポイントをご紹介します。

#### ① オーブンにお任せ“ほったらかし”料理で効率的かつ「時産」に

オーブンに下ごしらえをした食材を入れてしまえば、ずっと見ている必要もなく別の作業ができるので効率よく料理を進められます。朝ごはん時もトーストしている間に具材の準備、コーヒーを淹れるなど、忙しい時の活用もおすすめ。

#### ② 実はとても安全！お子様と一緒に家族みんなで楽しくお料理

オーブン料理は、オーブンの中に食材を入れて扉を閉めてしまうので、お子様が火や、熱いフライパン・お鍋に触れてしまう危険も避けられます。

※お子様の肌は大人よりも高温に弱いので、調理中のオーブンの扉や通気口などにはご注意ください。

#### ③ 焼くだけシンプル料理から凝ったメニューまで、メニューのレパートリーに広がり

オーブンは何でも美味しく調理してくれる家電！野菜・お魚・お肉は焼いただけでシンプルに素材の美味しさを損なうことなく、うまみを更に引き出してくれます。少し手間のかかるお菓子やパンは、調理時間やコツを掴む必要はありますが、自分で作ることで新しい発見や感動も味わえ、料理のレパートリーにも幅が出てきます。

Miele のオーブンの特徴やポイントは下記をぜひご覧ください。

<https://contents.miele.co.jp/lp/gen7000>

# Miele の最新ビルトイン調理機器

## 「Generation7000」



「Generation 7000」シリーズは、オブシディアンブラックの重厚なガラス面にステンレスのハンドル部が印象的な「PureLine（ピュアライン）」に加え、タイムレスで高級感あふれるグラファイトグレーカラーの「VitroLine（ヴィトロライン）」の2つのデザインラインを展開しています。「VitroLine（ヴィトロライン）」は、モダンなキッチンにも溶け込む美しいデザインで、各製品カテゴリーの最上位モデルです。機能面では、直感的に操作できる操作パネルに加えて、全てのモデルが専用アプリ「Miele App」より操作が可能。外出中などでのモバイルデバイスでの遠隔操作が可能です。

### Miele について

Miele(ミーレ)は1899年に、「Immer Besser(常により良いものを)」の企業理念を掲げドイツで創業しました。創業者はカール・ミーレとラインハルト・ツィンカン。以来、両家のファミリーカンパニーとして発展を続け、現在約20,500名のグループ社員、約100カ国の販売拠点を有しています。製造工場は、ドイツ国内の主要8箇所を含め13箇所、非常に高い自製率や厳格な耐久テストで、高水準の品質を維持しています。

家庭用電化製品では、ビルトイン機器を中心として、オーブン、スチームクッカーをはじめとする調理機器、コーヒーマシン、食器洗い機、ランドリー機器、そしてフロアケア機器等を取りそろえ、豊かなライフスタイルを実現するブランドとして、世界中で選ばれています。

業務用部門のMiele Professionalは、医療用・歯科用・ラボ用などの洗浄機や業務用ランドリー機器を取り扱い、世界中のプロフェッショナルの現場に貢献し続けています。

ミーレ・ジャパン株式会社は、アジア初のMieleの現地法人として1992年に設立されました。Mieleドイツ本社100%出資の子会社ならではの次世代を見据えた長期的展望のもと、高品質の製品をお届けしています。

### Miele. Immer Besser.

#### 会社概要

名称	: ミーレ・ジャパン株式会社
設立	: 1992年9月
代表者	: 代表取締役社長 富田 晶子
所在地	: 〒153-0063 東京都目黒区目黒 1-24-12 オリックス目黒ビル 4階
URL	: <a href="http://www.miele.co.jp">www.miele.co.jp</a>