

# Contents

- 3 Message from AGALICO
- 6 Tips and Tricks of Taste
  - ～こうして作るオリエンタル×ビストロ～
- 8 アガリコ オリジナルソース&スパイスレシピ
- 10 本書の使い方



## 11 Tapas アガリコ 人気のタパス 21

- 12 加茂なすとトマトの油林風
- 14 マレーシアンキャロットラペ
- 16 オリエンタルポップコーンシュリンプ
- 17 インディアンサルサチップス
- 18 アガリコチリージョ
  - ホタルイカとアスパラのチリージョ
  - そら豆とベーコン、マッシュルームのチリージョ
  - しし唐と砂肝のチリージョ
- 20 熱々！白子の四川麻婆豆腐
- 22 空芯菜のサンバル炒め
- 23 ハマグリと春雨のレモングラス蒸し
- 24 タコと野菜のタイ風ビネガー
- 25 漁師風カルパッチョ
- 26 エスニックなアクアパッツァ
- 28 メガマッシュ ポテトサラダ
- 29 ジャンボマッシュルームのカルパッチョ
- 30 濃厚レーズンバター
- 31 アガリコ流エッグベネディクト
- 32 手羽先のエスカベッシュ
- 34 サモサ風揚げ餃子
- 36 チャイニーズチキンロール
- 38 ソフトシェルクラブのエスニックトルティーヤ

## 39 Soup & Salad アガリコ ヘルシースープ&サラダ 10

- 40 濃厚出汁のトムヤムブイヤベース！
- 42 マレーシア名物 たっぷり野菜のバクテ～！
- 44 ミックスハーブのオックステールスープ
- 46 あっさり豚しゃぶと豆腐の春雨スープ
- 47 やみつき！鶏のトムカーガイ
- 48 たっぷり魚介のヤムウンセン
- 50 ダイナマイトパクチー
- 51 オリエンタル冷やしトマト
- 52 牛肉のタイ風サラダ“ヤムヌア”
- 54 グリルシーザーサラダ



## 55 Fish & Meat アガリコ 迫力のメインディッシュ 10

- 56 マヨタンドリーチキン
- 58 丸ごとトマトの北京風エビチリ
- 60 魚介と野菜のメリメロ焼き
- 61 箱入りウニと青菜の焦がしバターナンプラー
- 62 マグロカマのオリエンタルグリル
- 64 骨付き鶏肉のアドボ
- 66 台湾風黒酢豚
- 67 チンジャオ回鍋肉
- 68 殻ごと！シンガポールチリクラブ
- 70 アジアン ガパオバーガー

## 71 Rice & Noodle アガリコ しめのごはん&麺 10

- 72 本場プーケットのカオマンガイ
- 74 壺焼きマレーシアンカレー
- 76 アジアン B 級グルメ セイロンライス
- 77 パタヤビーチの屋台風海鮮炒飯
- 78 アジアンな“Sushi”ピザ
- 80 日本初上陸!? ラグマンラーメン
- 82 絶品！シンガポール焼きそば
- 84 本場四川風ボロネーゼ
- 85 パクチージェノベーゼパスタ
- 86 たっぷりハーブのトムヤムフォー

## 87 4seasons Table アガリコ 季節のおもてなし

- 88 Spring
  - 90 マグロとアボカドの生春巻き わさびハニーナンプラー
  - 90 アガリコ・バーニャカウダ 春野菜 Ver.
  - 91 手打ちで絶ウマ！四川風担々麺
- 92 Summer
  - 94 エスニックなカルパッチョ
  - 94 夏野菜のオリエンタルガスパチョ
  - 95 オマール海老のスパイス香る！ココナッツカレー炒め
- 96 Autumn
  - 98 いろいろキノコのアジアンプランチャ
  - 98 絶品！ウニチーズトースト
  - 99 秋の燻製盛り合わせ
- 100 Winter
  - 102 タイ・イサーン地方名物
    - たっぷりハーブのタイスキ“チムチュム”
  - 103 アガリコ メリクリチキン

## 104 もっとカンタン！ 缶詰で作るオリエンタル×ビストロ

- 104 トムヤムグラタン
- 104 鶏肉とアボカドのマサラバターチキン
- 105 鶏肉とたっぷり野菜のインド人の赤スープカレー
- 105 ポテサラ カレーディップ
- 106 ココナッツカレーヌードル
- 106 パクチーつけ麺グリーンカレースープ
- 107 タイ屋台のレッドカリ～炒飯
- 107 Wでウマイ！ドライグリーンカレー
- 108 楽しさいっぱい アガリコのドリンク
- 110 アガリコのグループ店一覧
- 111 著者紹介・奥付