



Visit to Life Supermarket, Tokyo, 16 July 2012



Delegation with Mr Joe Makano, Vice Minister for Foreign Affairs, Tokyo, 17 July 2012



Breakfast meeting with Japanese DIET Members, Tokyo, 18 July 2012



Meeting with Jetstar Japan, Tokyo, 18 July 2012



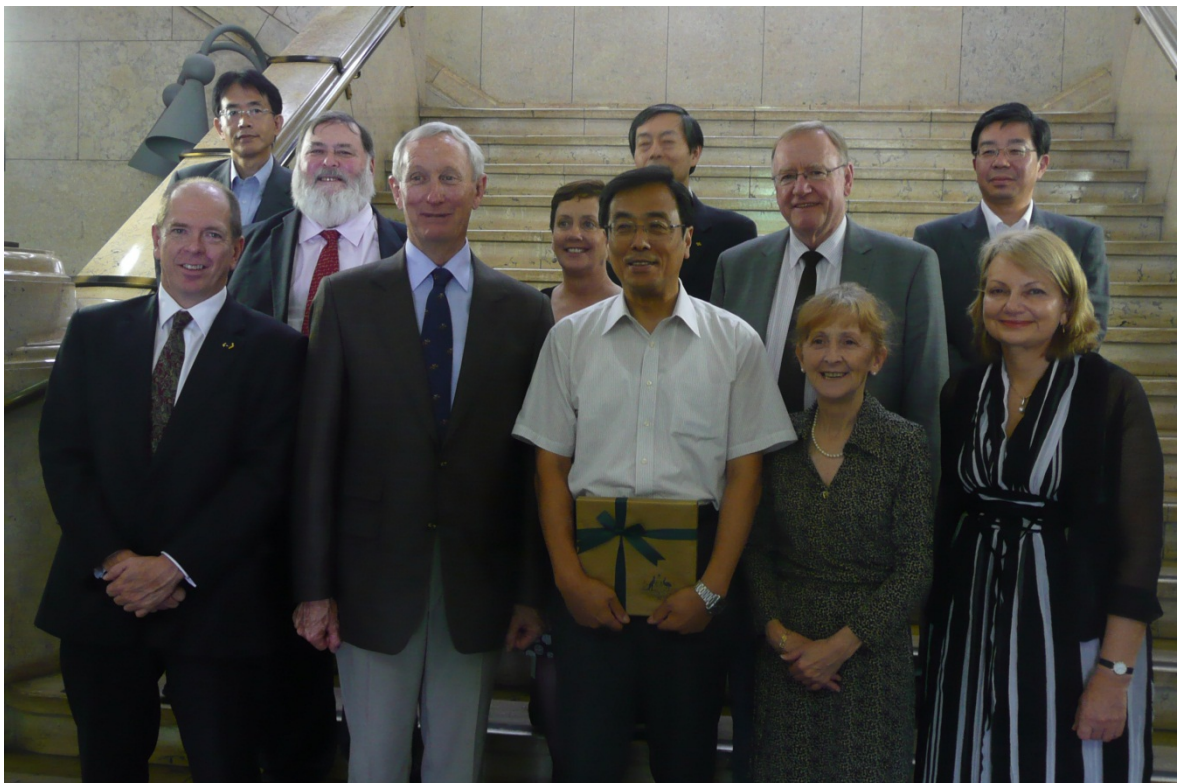
Meeting with ANZ, Tokyo, 18 July 2012



Delegation members with Ms Melanie Brock of Meat and Livestock Australia, Tokyo, 18 July 2012



Delegation with Australian participants in Japanese Exchange and Teaching Programme, Kobe, 19 July 2012



Meeting with Mr Sinsaku Kumra, Vice Governor of Osaka, 20 July 2012



Visit to AEON Supermarket, Kyoto, for 'Australia Fair' promotion, 21 July 2012



'Australia Fair' promotion, AEON Supermarket, Kyoto, 21 July 2012



Delegation members with Japanese shoppers at AEON Supermarket, 21 July 2012



Tea ceremony at Fukujuen Tea Factory, Kizugawa, 19 July 2012



Delegation members with Dr Takashi Kamei, 20 July 2012

「トップバリュ グリーンアイ タスマニアビーフ」を使ったレシピです。

エネルギー(1人分) **376 kcal** 塩分(1人分) **2.2 g**

栄養バランスガイドによる分類
主菜 野菜 主菜 肉類 穀類

※写真は4人前のイメージです。

牛肉のリエット オレンジ添え

材料(4人分)

- タスマニアビーフ(ステーキ用) 300g
- にんにく(薄切り) 1片
- たまねぎ(薄切り) 1/2個
- トップバリュ エキストラバージンオリーブオイル 小さじ2
- 塩 小さじ1
- こしょう 少々
- 水 2カップ(400ml)
- トップバリュ 月桂樹の葉(ローレル/ペイリーフ) 1枚
- フランスパン(冷凍) 1/2本
- オレンジ(皮をむき皮ごと) 1個
- イタリアンパセリ 適量

作り方

- 鍋にオリーブオイルとにんにくを入れ弱火で炒め、香りが出たら、たまねぎを加え炒める。
- たまねぎが透き通ってきたら肉を加え、表面に焼き色がつくまで炒める。
- ②の鍋に水・ローレルを加え、沸騰したら塩・こしょうを加え、アクを取り除きながら20分以上煮る。
- 水分が無くなったらローレルを取り除き、肉のあら熱が取れたらフードプロセッサーに約20秒かけ、深さのある器に盛りつける。
- フランスパンはオーブントースターで軽く焼き、④のリエットを塗り、オレンジ・イタリアンパセリをのせる。

エキストラバージンオリーブオイル 450g **458円**

月桂樹の葉(ローレル/ペイリーフ) 4g **100円**

今週のおすすめ食材はコレ!

オーストラリア産 オレンジ

※写真はイメージです。

ワンポイントアドバイス
肉は解凍を取り除かずに使いましょ。口あたりがなめらかに仕上がります。

'Australia Fair' promotion material, AEON Supermarket Food Note

ELLE & MEN 2012年6月&21日刊

オージー・ビーフ&ラムで作る 食べてキレイになる、 “ミート・デリ”へ、ようこそ!

栄養アドバイザーとして活躍中のフードコーディネーター、石坂優子さんが、
おいしくて栄養豊富な赤身肉、オージー・ビーフ&ラムを使った誌上デリを創出。
たんぱく質や鉄分の吸収を助ける素材と組み合わせ、おいしくきれいになろう。
Photo: IZUMI HASEGAWA Styling: MARIKO IWASAKI Cooking: YUKO SHIZUKA
Text: HECTORA MURCIA

スパイス・ラムステーキの
全粒粉ペトナミーサブ

雑穀おにぎりのビーフ巻き、
アボカドのせ

ローストビーフと2種類のソース

ビーフと
たっぷりミニトマトの
赤ワイン煮

●オージー・ビーフ&ラムに関する詳しい情報は <http://www.ausveteel.jp/>

Meat and Livestock Australia promotion in Elle magazine

