

ROSEMARY ROASTED CHICKEN WITH POTATOES

Package Includes

2 tsp (10 mL) Club House paprika
1½ tsp (7 mL) Club House rosemary leaves, crushed
1 tsp (5 mL) Club House minced garlic
½ tsp (2 mL) Club House coarse grind black pepper

You Will Need

2 tbsp (30 mL) olive oil
1 tsp (5 mL) salt
1½ lb (750 g) boneless, skinless chicken thighs (about 12)
1½ lb (750 g) small red potatoes, cut into 1 in (2 cm) cubes

Directions

1. In large bowl, combine oil, Spices and salt. Add chicken and potatoes; toss to coat well. Arrange chicken and potatoes in single layer on foil-lined baking sheet.
2. Roast in preheated 425°F (220°C) oven 30 minutes or until chicken is no longer pink and potatoes are tender, turning potatoes occasionally.

Makes 6 servings

Nutrition per serving: 280 Cal, 11 g Total Fat (2.5 g saturated fat), 80 mg Cholesterol, 470 mg Sodium, 21 g Carbohydrate, 3 g Fibre, 23 g Protein.

Asian Sesame Salmon

Package Includes:

2 tsp (10 mL) McCormick Gourmet sesame seed, toasted
1 tsp (5 mL) Club House minced garlic
1 tsp (5 mL) Club House minced onion
¾ tsp (3 mL) Club House ground ginger
½ tsp (2 mL) Club House crushed red pepper (optional)

You Will Need:

1/3 cup (75 mL) Billy Bee honey
1/3 cup (75 mL) thinly sliced green onions
2 tbsp (30 mL) soy sauce
2 lb (1 kg) salmon fillets

Directions

1. In small bowl, combine honey, green onions, soy sauce and spices, except red pepper, until well blended. Stir in red pepper to taste, if desired. Place salmon in 13x9 in (34x22 cm) baking dish. Spoon honey mixture evenly over salmon.
2. Bake salmon in preheated 375°F (190°C) oven for 30 minutes or until fish flakes easily with a fork, basting occasionally with honey mixture.

Makes 8 servings

Nutrition per serving: 230 Cal, 8 g Total Fat (1.5 g saturated fat), 70 mg Cholesterol, 290 mg Sodium, 12 g Carbohydrate, 1 g Fibre, 25 g Protein.

More information is available online at www.clubhouse.ca or toll-free at 1-800-265-2600.

ASIAN SESAME SALMON

Package Includes:

- 2 tsp (10 mL) McCormick Gourmet sesame seed, toasted
- 1 tsp (5 mL) Club House minced garlic
- 1 tsp (5 mL) Club House minced onion
- $\frac{3}{4}$ tsp (3 mL) Club House ground ginger
- $\frac{1}{2}$ tsp (2 mL) Club House crushed red pepper (optional)



You Will Need:

- $\frac{1}{3}$ cup (75 mL) Billy Bee honey
- $\frac{1}{3}$ cup (75 mL) thinly sliced green onions
- 2 tbsp (30 mL) soy sauce
- 2 lb (1 kg) salmon fillets

Directions

1. In small bowl, combine honey, green onions, soy sauce and spices, except red pepper, until well blended. Stir in red pepper to taste, if desired. Place salmon in 13x9 in (34x22 cm) baking dish. Spoon honey mixture evenly over salmon.
2. Bake salmon in preheated 375°F (190°C) oven for 30 minutes or until fish flakes easily with a fork, basting occasionally with honey mixture.

Makes 8 servings

Nutrition per serving: 230 Cal, 8 g Total Fat (1.5 g saturated fat), 70 mg Cholesterol, 290 mg Sodium, 12 g Carbohydrate, 1 g Fibre, 25 g Protein.

Club House Recipe Inspirations, new from McCormick Canada, are pre-measured spices and recipe cards that feature recipes that are a “twist on the familiar.” These new products offer novice and experienced cooks who like to experiment, a low risk opportunity to try less familiar spices to create menu-inspired dishes. Each Recipe Inspirations product includes six pre-measured spices in blister packs and a collectible recipe card that can be easily detached from the packaging. The recipes take just 15 minutes of prep time and cook in 45 minutes or less. Suggested retail is \$1.99 and they are found in spice aisle.

More information is available online at www.clubhouse.ca or toll-free at 1-800-265-2600.

MEXICAN LASAGNE

Package Includes:

2 tsp (10 mL) Club House chili powder
1 tsp (5 mL) Club House ground cumin
1 tsp (5 mL) Club House minced garlic
½ tsp (2 mL) Club House oregano leaves
½ tsp (2 mL) Club House crushed red pepper (optional)

You Will Need

1 lb (500 g) lean ground beef
½ cup (125 mL) chopped onion
1 can (680 mL) tomato sauce
1 can (540 mL) black beans, drained and rinsed
¾ cup (175 mL) frozen corn niblets
1 can (127 mL) chopped green chilies, with juice
8 flour tortillas (7 in/17 cm)
2 cups (500 mL) shredded cheddar cheese

Directions

1. In large skillet, brown beef and onion over med-hi heat; drain. Stir in tomato sauce, beans, corn and green chilies. Stir in all spices except red pepper. Bring to boil. Reduce heat to low; simmer 5 minutes. Add red pepper to taste, if desired.
2. Spread 2/3 cup (150 mL) beef mixture on bottom of lightly greased 13x9 in/34x22 cm baking dish. Top with 4 tortillas, overlapping as needed. Layer with ½ of remaining beef mixture and ½ of cheese. Repeat with remaining tortillas, beef mixture and cheese.
3. Bake in preheated 350°F (180°C) oven 15 minutes or until heated through. Let stand 5 minutes before serving.

Makes 8 servings

Nutrition per serving: 440 Cal, 19 g Total Fat (10 g saturated fat), 65 mg Cholesterol, 990 mg Sodium, 39 g Carbohydrate, 8 g Fibre, 29 g Protein.

More information is available online at www.clubhouse.ca or toll-free at 1-800-265-2600.

POULET AU ROMARIN AVEC POMMES DE TERRE RÔTIS

Le paquet comprend :

- 2 c. à thé (10 mL) de paprika Club House
- 1½ c. à thé (7 mL) de feuilles de romarin Club House, broyées
- 1 c. à thé (5 mL) d'ail émincé Club House
- ½ c. à thé (2 mL) de poivre noir moulu gros Club House

Vous aurez besoin

- 2 c. à table (30 mL) d'huile d'olive
- 1 c. à thé (5 mL) de sel
- 1½ lb (750 g) de cuisses de poulet désossées, sans peau (environ 12)
- 1½ lb (750 g) de petites pommes de terre rouges, coupées en cubes de 1 po (2 cm)

Méthode

1. Dans un grand bol, mélanger l'huile avec les épices et le sel. Ajouter le poulet et les pommes de terre; remuer pour bien enrober. Déposer le poulet et les pommes de terre en un seul étage sur une plaque à pâtisserie tapissée d'aluminium.
2. Faire rôtir dans un four préchauffé à 425 °F (220 °C) pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que le poulet ne soit plus rosé et que les pommes de terre soient tendres, en tournant les pommes de terre à l'occasion.

Donne 6 portions.

Valeur nutritive par portion : 280 cal., 11 g de lipides totaux (2,5 g de gras saturé), 80 mg de cholestérol, 470 mg de sodium, 21 g de glucides, 3 g de fibres, 23 g de protéines.

Plus d'information disponible en ligne au www.clubhouse.ca ou au numéro sans frais 1-800-265-2600.

SAUMON AU SÉSAME À L'ASIATIQUE

Le paquet comprend :

2 c. à thé (10 mL) de graines de sésame Gourmet McCormick, grillées
1 c. à thé (5 mL) d'ail émincé Club House
1 c. à thé (5 mL) d'oignon émincé Club House
¾ c. à thé (3 mL) de gingembre moulu Club House
½ c. à thé (2 mL) de piment de Cayenne broyé Club House (facultatif)

Vous aurez besoin :

1/3 tasse (75 mL) de miel Billy Bee
1/3 tasse (75 mL) d'oignons verts tranchés mince
2 c. à table (30 mL) de sauce soya
2 lb (1 kg) de filets de saumon

Méthode

1. Dans un petit bol, mélanger le miel avec les oignons verts, la sauce soya et les épices, à l'exception du piment de Cayenne, jusqu'à mélange parfait. Incorporer le piment de Cayenne, au goût, si désiré. Déposer le saumon dans un plat à four de 13 po x 9 po (34 cm x 22 cm). Étaler uniformément le mélange au miel sur le saumon.
2. Cuire le saumon au four préchauffé à 375 °F (190 °C) pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que le poisson s'effeuille facilement à la fourchette, en le badigeonnant à l'occasion du mélange au miel.

Donne 8 portions.

Plus d'information disponible en ligne au www.clubhouse.ca ou au numéro sans frais 1-800-265-2600.

LASAGNE À LA MEXICAINE

Le paquet comprend :

2 c. à thé (10 mL) d'assaisonnement au chili Club House
1 c. à thé (5 mL) de cumin moulu Club House
1 c. à thé (5 mL) d'ail émincé Club House
½ c. à thé (2 mL) de feuilles d'origan Club House
½ c. à thé (2 mL) de piment de Cayenne broyé Club House (facultatif)

Vous aurez besoin :

1 lb (500 g) de bœuf maigre haché

½ tasse (125 mL) d'oignon haché
1 boîte (680 mL) de sauce tomate
1 boîte (540 mL) de haricots noirs, égouttés et rincés
¾ tasse (175 mL) de grains de maïs surgelés
1 boîte (127 mL) de piments chili verts, avec jus
8 tortillas à la farine (7 po/17 cm)
2 tasses (500 mL) de Cheddar râpé

Méthode

1. Dans une grande poêle, brunir le bœuf avec l'oignon, à feu mi-vif; égoutter. Incorporer la sauce tomate, les haricots, le maïs et les piments chili verts. Incorporer toutes les épices, à l'exception du piment de Cayenne. Porter à ébullition. Baisser le feu à doux; laisser mijoter pendant 5 minutes. Ajouter le piment de Cayenne, au goût.
2. Étendre 2/3 tasse (150 mL) du mélange au bœuf au fond d'un plat à four légèrement graissé 13 po x 9 po/ 34 cm x 22 cm. Déposer 4 tortillas, en les chevauchant, au besoin. Étager la ½ du reste du mélange au bœuf et la ½ du fromage. Répéter avec le reste des tortillas, du mélange au bœuf et du fromage.
3. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C) pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit bien chaud. Laisser tiédir 5 minutes avant de servir.

Donne 8 portions.

Valeur nutritive par portion : 440 cal., 19 g de lipides totaux (10 g de gras saturé), 65 mg de cholestérol, 990 mg de sodium, 39 g de glucides, 8 g de fibres, 29 g de protéines.

Plus d'information disponible en ligne au www.clubhouse.ca ou au numéro sans frais 1-800-265-2600.