

町子通信 No12

陽光のもと酒とも特集



井原水産

カズチー 7粒入

くんせいカズノコ×チーズ
かずのこ屋さんが辿り着いた味と食感の
ハーモニー♪どうして今まで無かったん
だろうと思うほど完成度が高く絶妙な味。
ビールにも日本酒にもワインにも合う一品。



コルビージャック

ラス★ダズ 80g

二日酔いのチーズ職人が間違っ
たのが始まりと言われるアメリカチーズの
代表的な商品。しっとり濃厚な味がクセ
になります。スパークリングワインとの相性
がGood!



MDホールディングス

北新地おみやラスク 110g

北新地ワインバーTappoソムリエ反保氏
監修のお酒と一緒に楽しめるラスク。
そのまま食べるとシャンパンに。チーズを
添えるとワインや日本酒と。ドライフル
ーツを添えるとウイスキーやブランデーと。
焦がしバターの風味と程よい甘さが絶妙。



マルアイ食品

国産 味ざーさい 100g

素材の風味を大切に。ザーサイ特有の
食感と、ほんのりピリ辛に味付けされた
味わいが美味しいお酒に合う一品。
丁寧に栽培された国産ザーサイが上品
な味を引き立てています。



MAIDI-YA

燻製とろ鮭ハラス 70g

脂がのったノルウェー産鮭ハラスを塩漬けし、国産
ブレンドチップで香りと色づきよく燻製にしました。鮭
好きにはたまらない絶品の味。上質なおつまみです。





【材料】

- ・HOKUYA ごはんにかけるごぼうと昆布 60g
- ・おからパウダー 50g
- ・豆乳 125ml
- ・HOKUYA あご入りだし(中身) 小さじ1杯

【作り方】

- ① 豆乳にあご入りだしを溶き、おからパウダーとよく混ぜる
- ② ①にごぼうと昆布を和える できあがり！



【おからパウダーおから】

町子さんの簡単オリジナルレシピ



【ごぼうと昆布のロールサンド】

【材料】

- ・ロールパン 5個
- ・HOKUYA ごはんにかけるごぼうと昆布 120g
- ・キタノセクション 熟成ベーコン
- ・マヨネーズ 適量
- ・レタス 少々

【作り方】

- ① ごぼうと昆布をマヨネーズで和える
- ② ベーコンは半分に切って焼き色がつくまで焼く
- ③ ロールパンに切り込みを入れて、レタス、ベーコン、①をはさんで、できあがり！



【材料】

- ・キタノセクション 大人のためのにんじンドレッシング 50ml
- ・肉だんご 5個
- ・スナップえんどう 適量
- ・赤パプリカ 適量
- ・オレンジ 適量

【作り方】

- ① スナップえんどうはスジを取り、パプリカは一口大に切って、下ゆでしておく
- ② フライパンに水少々と肉だんごを入れ、中弱火にかける
- ③ 水分が飛んで、だんごが温まったら、にんじンドレッシング、えんどう、パプリカを入れて軽く煮詰める
- ④ 火を止めて、オレンジを入れて混ぜ合わせれば、できあがり！



【洋風甘酢だんご】

★管理栄養士 大西主任のワンポイントレクチャー



近畿大学農学部卒
好きな食べ物 ごぼう全般

Q: お酒を飲んだあとにラーメンやご飯・甘い物などの炭水化物を食べたくなるのはなぜ？

A: 体内に入ったアルコールは肝臓に運ばれて分解されるのですが、その際に大量のエネルギー(ぶどう糖)を必要とします。そうすると、一時的に血糖値が低下し、身体が血糖値を上げるためにエネルギー(ぶどう糖)を必要とするためにラーメンやご飯・甘い物等の炭水化物を食べたくなる、という事です。

しかし、お酒と炭水化物の組み合わせは非常にカロリーが高く、睡眠前の食事は普段の食事よりも脂肪になりやすい為、出来る限り控えることをオススメします。(美味しいですけどね)

SNSで最新情報をGET!

