北野工一又近鉄上本町店情報纸

町子通信 No8



あったか~いところ



每月1日発行



名古屋コーチン秘伝味噌鍋スープ600g

熟成させた赤味噌に名古屋コーチン鶏がらスープ を加えた尾張地方独特の甘口味噌鍋スープ

本格水炊きスープ

名古屋コーチン鶏がら100%使用でコラーゲン たっぷりの白濁濃厚スープ



ベル食品

鶏とトマトのスープカレー鍋つゆ 750g

鶏とトマトの旨味と、牡蠣とあさりのだしを合わせて、 8種類のスパイスを効かせた旨味と香りは、食べるほど に味わい深くてやみつきに。ほどよく中辛のスープカレー 鍋つゆです。締めはチーズを入れてカレーリゾットに



千成亭

お墨月 もつ鍋スープ 白味噌仕立て 600g

もつ鍋専門店「お墨月」自慢のもつ鍋スープ。お店の人 気メニュー白味噌仕立てを商品化



日東醸造

旨塩麹鍋つゆの素 600g

料理家タカコ・ナカムラプロデュースの米麹から作った「旨塩麹」に、 小麦麹から作った「足助仕込三河しろたまり」を合わせました。二つの 麹の旨味と甘味がコラボした深みのある鍋つゆです



オニザキ

会ごまたっぷり 生姜の素 300g

博多地鶏スープをベースにオニザキの金ごま、国産生姜を使用。 旨味と栄養を詰め込んだ鍋用濃縮だしです。金ごまと生姜の風味が ほどよくマッチしたホッとする味わい。じんわり温まりますよ



すや食

お鍋大好き 生姜味噌味 140g

あの大人気商品、信州「善光寺門前甘酒」すや亀の 味噌鍋つゆの素。こだわりのコシヒカリ味噌は生姜が利いていて 体ぽかぽか。味噌鍋以外にも、味噌煮込み料理にはなんでも 使える万能調味料です



お鍋大好き 塩麹味 140g

あの大人気商品、信州「善光寺門前甘酒」すや亀の 塩麹鍋つゆの素。塩麹にお出汁を加えて味を調えました。 麹パワーで食材の旨味が倍増。ヘルシーで美味しい鍋つゆの素





有機大豆使用 豆乳鍋スープ 700g

京都嵯峨野 大覚寺御用達 こだわりの京うどん「薬師庵」 こだわりの豆乳鍋つゆ。隠し味にワイン、チキンエキスで 味を整え、京都らしく昆布味でまとめました。豆乳の独特な 臭みもなく、スッキリとおいしく仕上がっています



薬師庵

700g

瀬戸内産の藻塩を使用。まろやかな塩味とコクのある丸鶏ガラ スープをベースに、ごま油や黒こしょうの風味で味を調えました。 藻塩を使用しているため、塩カドの取れた柔らかくまろやかな塩 味に仕上がっています。シンプルさが素材を引き立てます!

他にもたくさん商品を取り揃えてお待ちしています

★町子さんサバ缶 時短レシピ★



サバサンド 2人前



【材料】

- ・さば水煮缶 1缶
- ・玉ねぎスライス 適量
- ・レタス 適量
- ・プチトマト 適量
- ・バゲット 1/3程度 ☆マヨネーズソース マヨネーズ 大さじ2 粒マスタード 大さじ1 レモン汁 大さじ1

【つくり方】

①バゲットを縦にスライスして 玉ねぎスライス、レタス、 プチトマトをのせる ②水切りしたさばの身を のせて、たっぷりの マヨネーズソースを かけて出来上がり!









【材料】

- ・エリンギ 2本
- ・しいたけ 4枚
- ・えのき 1/2株
- ・しめじ 1/2株
- ・塩コショー 少々
- ・トマトソース 200g
- ・大葉ソース 大さじ2
- ・とろけるチーズ 適量

【つくり方】

①きのこを食べやすい 大きさにカットして、

塩コショーでソテーする

②耐熱皿に①を敷き、

荒くほぐしたさばと大葉ソース

トマトソースを載せる

③とろけるチーズをのせて

オーブントースターで 10~15分焼いて出来上がり!

きのこいっぱい サバチーズ焼き 2人前



新入社員戸田くん 飯ともセレクション!



鳴門千鳥本舗

淡路島産 生のり佃煮 160g

飯ともの王道中の王道といえば やっぱり、生のりの佃煮!ご飯が 進みすぎてしまいます。淡路島産 生のり100%の混じりっ気なしの

素朴で深い味わいが魅力の商品です!

本当に美味しい 飯ともをご紹介します



ふくのや

ごはん とまらんらん ♪ 明太子 70g 歌いだしたくなる美味しさ!ピリ辛の 明太子油漬けは、かつて一世を風靡した 食べるラー油ならぬ、食べる辛子明太子! 明太子と油の相乗効果で、本当に ご飯がとまらんらん♪と歌いだしてしまう!



交和物産

食べるラー油きのこ 240g

食べるラー油にたっぷりのきのこを入れて 更にさらに美味しくなった商品! えのき・平茸・エリンギなどのきのこに加え、 竹の子が入って食感もGOOD! 食欲をそそるピリ辛でご飯がどんどん進みます!



木村九商店 ちりめん山椒 80g

創業明治十七年 京都佃煮の老舗 「味の顔見世」木村九商店の世代を超えて ながらく愛され続けている看板商品! 老舗だから出せる味わいは、他では 味わえません。国産ちりめんに山椒が利いた 上品な京の味が食欲をそそります



管理栄養士 大西主任のワンポイントレクチャー SABA

鯖にはEPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)が多く含まれています。 これらの脂肪酸には血清コレステロール低下作用等の生理作用がある上に、 人の体内では産生できない貴重な栄養素です。

また、旬である秋に漁獲された鯖は脂肪含量が約20%と多く、特に美味です。 この時期に鯖をおいしくいただきましょう!

ただし、鯖は高タンパク・高脂質でカロリーも高い為、食べすぎには注意です。



近畿大学農学部卒 好きな食べ物:さば味噌煮