

いただきますをたのしく

「旬」が
まるごと

satake通信



企画発行 / 佐竹食品株式会社 企画制作・印刷 / 東洋印刷株式会社



幸せの
ほっぺ
マグ
時間

TAKE FREE

contents

PICK UP!

食材FILE コンビーフ

季旬彩々 リーフレタス

こだわりの逸品

いぶりがっこのタルタルソース

今月のスイーツ

おひな様パフェ

花ごよみ

ユキヤナギ

satakeの
Instagramも
よろしくね!



FOODS.MARKET.SATAKE



コンビーフって何?



コンビーフは英語で corned beef と書きますが、cornedとは「塩漬けにする」という意味の言葉。つまり、コンビーフとは「塩漬けの牛肉」のこと。はじめて英語文献にしたのは1621年と、古くから食べられている保存食のひとつです。

名前を知っている。見た目も知っている。何度か食べたこともある。けど、あらためて「コンビーフって何?」と聞かれたら、ちよつと答えに迷っちゃう。そんな不思議食材「コンビーフ」のお話です。



コンビーフ de おつまみレシピ!

封を開けてそのまま食べられるコンビーフは、手早くおつまみを作りたいときにも便利! 和えたり、混ぜたり、炒めたり、ひと手間加えると、よりいっそうおいしく召し上がれます。

コンビーフユッケ

【材料】(1~2人分)

- コンビーフ … 1缶
 - 卵黄 … 1個
 - フリルレタス … 2枚
 - 白いりごま … 適量
- 【A】
- ・ごま油 … 大さじ2/3
 - ・しょうゆ … 小さじ2/3
 - ・すりおろしにんにく(チューブ) … 3cm
 - ・コチュジャン … 小さじ1/3
 - ・砂糖 … 小さじ1/3
 - 白いりごま … 適量



【作り方】

- ①フリルレタスは洗って水気を切り、食べやすい大きさに切る。
- ②コンビーフを耐熱ボウルに入れ、ふんわりとラップをして電子レンジ(600W)で1分ほど加熱する。
- ③②をほぐし、【A】を加えてよく混ぜ合わせる。
- ④器に③を盛り、くぼみを作って卵黄をのせ、白いりごまをふる。①を盛り付けて完成。

コンビーフのジャーマンポテト

【材料】(2人分)

- コンビーフ … 1缶
- じゃがいも … 3個
- 玉ねぎ … 1個
- 塩、こしょう … 適量
- サラダ油 … 大さじ1
- サラダ菜 … 2~3枚



【作り方】

- ①じゃがいもは皮をむき、ひと口大に切る。じゃがいもの水気を切り、耐熱皿にのせて、ふんわりラップをかけ、電子レンジ(600W)で4分半ほど加熱する。
- ②玉ねぎは薄切りにする。フライパンにサラダ油を熱して炒める。
- ③②にコンビーフを加えてほぐしながらさらに炒め、①を加えて、塩、こしょうで味を調える。
- ④サラダ菜を敷いて、③を盛り付ける。

仕上げにみじん切りのパセリをふりかけたり、せん切りのじゃぱつやにんじんを加えると彩りがきれい!

かぼちゃとコンビーフのポン酢和え

【材料】(2人分)

- コンビーフ … 1缶
- かぼちゃ … 100g
- 水 … 大さじ1
- ポン酢 … 大さじ1
- 黒こしょう … 適量
- きざみねぎ … 適量



【作り方】

- ①かぼちゃはわたをとり、皮をそぎ落とし、ひと口大に切る。
- ②コンビーフはほぐしておく。
- ③耐熱ボウルに①と水を入れて、ふんわりとラップをし、電子レンジ(600W)で6分ほど加熱する。
- ④③が熱いうちにほぐしたコンビーフを入れ、混ぜ合わせる。粗熱がとれたらポン酢を加え、黒こしょうをふりかけて和える。器に盛り、きざみねぎを散らす。

コンビーフのマヨチーズ焼き

【材料】(1~2人分)

- コンビーフ … 1缶
- ピザ用チーズ … 15~20g
- マヨネーズ … 適量
- 黒こしょう … 適量
- きざみねぎ … 適量



【作り方】

- ①コンビーフは5mm幅に切る。
- ②アルミホイルに①を並べてのせて、その上にマヨネーズをかけて、ピザ用チーズをのせる。オーブントースターで焼き色がつくまで加熱する。
- ③黒こしょうときざみねぎをふりかけて完成。

ナゾ食材ではなく、万能なんです!

コンビーフ

※店舗により取り扱いが無い場合がございます。

コンビーフは生でも食べられる?

食べられます! コンビーフは、牛肉の赤身を塩せきし、高温で蒸し煮にしてからほぐし、牛脂や調味料、香辛料などを配合し味づけしたものです。加熱調理済みなため、そのまま食べてOK! 厚切りにして焼いたり、ほぐして野菜などと炒めたり、和えたり、ピザやパンにトッピングしたり、ポテサラに加えたり。カレーや炒飯に入れてお肉代わりにしてもおいしいです。



コンビーフとコンミート

コンビーフは牛肉100%ですが、牛肉100%じゃないものは「コンミート」と呼ばれます。牛肉8割に対し、馬肉などの畜産肉が2割ほど入っています。

コンビーフが赤っぽいのはなぜ?

それはハムやウィンナーなどと同じように、原料となる肉を塩せきするときに、塩、砂糖、香辛料などのほか、亜硝酸塩などの発色剤が使われているため。無塩せきのコンビーフもあるので、気になる方はそちらを選ぼう!

保存方法

開封前のコンビーフは記載の賞味期限まで保存できますが、開封したものはできるだけ早く食べ切りましょう。使い切れなかった場合は、2~3日以内に食べるなら保存容器に移し替えて冷蔵庫で保存。もう少し先まで保存するなら、小分けにしてラップで包み、密封できる保存袋に入れて冷蔵庫で保存。使うときは冷蔵庫で自然解凍をします。

ストック食材としてもおすすめ!

缶詰やスラ容器、パウチされた袋に入っているコンビーフは、いわゆる「缶詰・レトルト」に分類されるため、長期保存に適しています。加熱された食肉加工品なので、いざというときのたんぱく源としてもぴったり。ローリングストックの常備品としてもおすすめです。

ビーフの

栄養をいかにする?

牛肉100%の加工食品であるコンビーフは牛肉由来の栄養成分が豊富。たんぱく質をはじめ、鉄、亜鉛、ビタミンE、ナイアシン、ビタミンB12などの栄養価にすぐれています。

牛肉とコンビーフの成分含有量比較 (可食部100gあたり)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	ビタミンE (mg)				ナイアシン (mg)	ビタミンB12 (μg)
					α	β	γ	δ		
牛肉 (牛乳、赤肉、生)	201	20.2	2.7	5.7	0.3	0	0	0	4.9	1.7
コンビーフ (缶詰)	203	19.8	3.5	4.1	0.8	0	0.3	0.2	7.6	1.3

出典: 日本食品標準成分表2015年版(七訂)より

季 彩旬 々

目に鮮やかなリーフレタスは、芽吹きの際に、ひと足早い春の訪れを感じさせてくれます。やわらかくみずみずしい食感は、サラダはもちろん、お肉を巻いたり、スープや炒め物でさっと加熱したりしてもおいしく召し上がれます。

春はサラダが似合います♪

リーフレタス

リーフレタスとは…

いわゆる結球しているものを玉レタスと呼ぶのに対し、葉の巻きがゆるかったり、完全に結球せず半結球になったりしているものを「リーフレタス」と呼びます。緑葉のもの、赤紫葉のもの、ちぢれの細かいもの、サラダ菜のようにちぢれないもの、食感のやわらかいもの、シャキッとしたものなど、その種類は多く存在します。

おなじみの結球したレタスは、玉レタスって呼ばれるよ！

リーフレタスの種類

※状況につき取り扱いのない場合がございます。

サニーレタス

葉先が濃い赤紫色をしており、葉はうすくやわらかい。しなやかで折れにくいので、巻き料理にもおすすめです。



フリルレタス

葉が厚めで、シャキシャキした歯ごたえ。葉が外しやすいので洗しやすい。サラダがおすすめ。



サラダ菜

葉は肉厚だが、やわらかく、歯ごたえもソフト。くせのない味わいで、サラダや巻物に向く。



選び方

CHECK

葉先の色が鮮やかで、みずみずしいものを選びましょう。食感にこだわるなら、葉先のちぢれが細かいものがおすすめ。

保存方法

切り口に濡らしたキッチンペーパーをあて、濡らした新聞紙で包んでから、ポリ袋に入れて野菜室で保存します。



サンチュ

ほんのり苦味があり、焼肉を巻いて食べるときによく使われる。カットレタスの一種で、包み菜や掻きチシャとも呼ばれている。



グリーンリーフ

葉先に細かいカールがあり、グリーンカールという名でも呼ばれる。やわらかくくせのない味わいなので、ほかの食材と合わせやすい。巻物にもおすすめ。



ベビーリーフ

葉野菜の幼葉の総称で、水菜やケールなど、レタス以外の野菜も含まれている。レタス系では、リーフレタスやロメインレタスの幼葉が使われる。サラダやパスタ、ピザなどのトッピングに。



チョレギ風サラダ

【材料】(2人分)

- お好みのレタス … 150~200g
- きゅうり … 1/2本
- プチトマト … 6個
- 厚揚げ … 100g
- サラダ油 … 小さじ1
- 焼のり(大判) … 1/2枚

- 【A】ごま油 … 大さじ2
 ・しょうゆ … 大さじ4/5
 ・すりおろしにんにく(チューブ) … 5cm
 ・鶏ガラスープのもと … 小さじ1/2
 ・白いりごま … 大さじ1

【作り方】

- ①レタスは食べやすい大きさに手でちぎる。きゅうりは細切り、プチトマトはへたをとり4等分に切る。
- ②厚揚げを食べやすい大きさに切る。
- ③フライパンにサラダ油を入れ中火で熱し、②を入れて軽く焼き色がつくまで焼く。
- ④ボウルに①と【A】を加えて、やさしく混ぜ合わせる。
- ⑤器に④を入れ、③の厚揚げをのせ、小さく手でちぎった焼のりを散らす。



鯛のカルパッチョ

【材料】(2人分)

- 鯛の刺身 … 100g
- にんにく … 1/3かけ
- 新玉ねぎ … 1/4個
- ミニトマト … 2個
- ベビーリーフ … 1/2袋
- レモンのせん切り … 適量

- 【ドレッシング】
 ・オリーブ油 … 大さじ1
 ・レモン汁 … 大さじ1/2
 ・塩 … 小さじ1/4
 ・砂糖 … 小さじ1/4
 ・黒こしょう … 適量

【作り方】

- ①鯛は薄切りにする。にんにくはすりおろして、鯛にまぶしておく。
- ②新玉ねぎは薄切りにして水にさらしておく。ミニトマトは4等分に切る。
- ③皿に①をきれいに並べてドレッシングをかける。②、ベビーリーフをのせ、レモンのせん切りを散らす。



チキンとレタスのチョップドサラダ

【材料】(2人分)

- お好みのレタス … 200g
- 水菜 … 1わ
- お好きなサラダチキン … 1パック
- ミニトマト … 2個
- ドライパセリ … 適量
- 粉チーズ … 適量

- 【A】オリーブオイル … 大さじ2
 ・マヨネーズ … 大さじ1/2
 ・塩、黒こしょう … 適量

【作り方】

- ①レタスは食べやすい大きさに手でちぎる。水菜は根元を切り落とし、3cm幅に切る。ミニトマトとサラダチキンはダイスの形にカットする。
- ②【A】を混ぜ合わせる。
- ③ボウルに①と②をいれて、軽く混ぜ合わせる。
- ④器に③を盛り、ドライパセリと粉チーズを振りかける。



チョップドとは、「切り刻む」という意味。お好みでお好きな野菜をプラスしてください♪



Eat Well, Live Well.

Ajinomoto 味の素株式会社
AJINOMOTO

お話を聞かせてくださったのは

味の素株式会社
食品事業本部
大阪支社
家庭用第1グループ
山地花穂さん



<https://www.ajinomoto.co.jp/knorr/cup-soup/>

「コーンのおいしいところだけを 贅沢に使っています！」

マグが似合うカップスープといえば、「クノール® カップスープ」が思い浮かびますが、日本に登場したばかりのころは、カップスープではなかったそうです。

「そうです。「クノール®」はもともとはドイツで誕生したブランドで、日本に登場した当初はお鍋で手作りする「クノール® スープ」という形でした。そこで、『もっと手軽に家庭でおいしいスープを召し上がっていただきたい!』という思いからカップスープが生まれ、今では人気No.1となっている「コーンクリーム味」もなかったで、日本人が好む、とろ〜りと自然の甘さを感じられるおいしさを提供すべく、コーンクリーム味が開発されました。」

そのコーンクリーム味の原料であるコーンについてお伺いしたいのですが、使っているのはスープ専用の品種なんですか？

「使用しているのは、スーパースイート種で、種苗会社が開発した種の中から、スープ用に最適な品種を選定し、栽培しています。生食が可能なほど甘い品種で、早生、中生、晩生と複数の品種があるため、収穫シーズンによって使い分けています。」



収穫したコーンは24時間以内に工場パウダーにするそうですが、鮮度感に違いがあるのですか？

「スーパースイートコーンはおいしさのピークで収穫されます。ピークの期間は1週間程度なので、そこを見逃さないように、気候や温度変化などさまざまな

角度から徹底した管理をおこなっています。スープに最適な糖度(17~18%)になったタイミングで、1日で加工できる分だけ収穫し、収穫してから24時間以内にコーンパウダーに加工します。収穫後のコーンは鮮度が命です。すぐにパウダーにしないとせっかくの甘さをスープに生かせません。コーンのおいしい、『芯から少し離れた部分』だけを、贅沢に使って加工しています。」

自家製のパン工房で焼いたこだわりのクルトン

コーン以外の素材についてもお伺いしたいのですが、クルトンにもこだわりがあるとか。

「はい。自家製のパン工房でクルトンを作っています。スープに浮かせた後もしばらくの間カリカリした食感を残すように、まず、パン生地の密度を普通のパンの3倍になるように配合と発酵を工夫して固く焼き上げます。次に、さいの目にカットし、油をコーティングし、乾燥して仕上げています。」

ほうれん草やトマトなども収穫後すぐにパウダーなどの素材に加工されるのですか？

「素材によってそれぞれの状況に合わせて適したタイミングで加工を行っています。ほうれん草やトマトなどの一次加工の工場も、基本的に収穫場所と近いところにあるため、素材のおいしいうちに加工されます。」

ほうれん草のポタージュにはチーズを使用していますが、チーズにもこだわりがありますか？

「クノール® カップスープ」(チーズ仕立てのほうれん草のポタージュ)で使われているのは、カマンベールチーズ・チェダーチーズ・ブルーチーズの3種のチーズです。原材料には加熱されたチーズを使用し、また品質検査もしておりますので、安心して召し上がりいただけます。」

素材一つ一つにこだわっているのが伝わるお話が続きましたが、素材以外にこだわっている部分があれば教えてください。

「『すぐに、ちゃんと溶ける』という部分ですね。研究を重ね、「クノール®」の技術が集約された部分なので、こだわりと言えます。」

朝食にぴったり!

手軽に美味しく、カップスープをアレンジしてみよう!

トマトdeチーズリゾット

- 【材料】(1人分)
- ご飯 … 1/2杯(60g)
 - 「クノール® カップスープ」(完熟トマトまるごと1個分使ったポタージュ) … 1袋
 - 熱湯 … 150ml
 - シュレッドチーズ(生食用) … 15g

【作り方】

- ①マグカップに「クノール® カップスープ」を入れる。
- ②①のマグカップに熱湯を注ぎ、すぐに15秒ほどかき混ぜる。
- ③ご飯を加えて軽くかき混ぜ、チーズをのせる。



お好みでパセリのみじん切りや黒こしょうをふって召し上がってください!

「クノール®」のおいしさの秘密は素材にあり! 産地や旬にこだわっています。

「すぐに、ちゃんと溶ける」から便利! すぐおいしい!!

作るときのコツについて教えてください。まず、お湯ですが、熱湯が望ましいですか? 何℃以上という目安などはありますか?

「お湯の温度が低いとスープの粉が溶けにくくダマになり、とろみがつきにくくなります。そのため、沸騰させた熱湯のご用意をお願いいたします。目安は90℃以上となります。」



すぐにかき混ぜないとダメなんですか?

「ダメというわけではありませんが、お湯を入れてからすぐにかき混ぜていただくことで、でんぷんが分散されておいしく召し上がれます。スープにお湯を入れるとスープの中のでんぷんがお湯を吸ってとろみをつけます。このでんぷんがお湯を吸って時間が経つと、でんぷん同士がくっついてダマになりやすくなります。ダマになってしまうと、お湯の中の粉の量が少なくなってしまうため、スープが薄くなったり、サラサラになることがあります。熱湯を注いだら、すぐに15秒ほどかき混ぜてください。お湯を入れてからかき混ぜるまでの目安時間は5秒程度です。」

なるほど。90℃以上の熱湯を入れたら、5秒以内にはかき混ぜ始めて、15秒ほどかき混ぜる、ということですね。

「かき混ぜ方はスプーンをカップの底に当てながら「の」の字を描くように、内側外側と円の大きさを変えながらカップの全体をまんべんなくかき混ぜると、よい感じに仕上がります。カップは底が丸くなっているものが、混ぜやすくておすすめです。」



粒コーンやクルトンなど、うきみのあるものは?

「うきみがある場合は、1分お待ちいただくとうきみがお湯を吸って、ちょうどよい固さになります。」

最後になりますが、読者の方に伝えたいことなどがあれば、ぜひ。

「素材の栄養や自然の甘さが溶け込んだ、とろ〜り美味しい「クノール®」は、皆さまのココロやカラダが温まるお手伝いをしてくれます。「クノール® カップスープ」のフレーバーは全部で16種。私のお気に入り、くチーズ仕立てのほうれん草のポタージュ)です。ほうれん草の素材本来のうまみと、チーズのコクが絶妙にまじわって、たまりません! 皆様もぜひ、お気に入りのフレーバーを探してみてください!」

山地さんのおすすめはコレ!

「クノール® カップスープ」(コーンクリーム)



100%指定農場栽培のスーパースイートコーン素材のおいしさを最大限に引き出すため、甘さのピークで収穫し、24時間以内にパウダー化しています。

「クノール® カップスープ」(ポタージュ)



北海道のじゃがいも、たまねぎ、にんじんなどの野菜がたっぷり入ったコクがあって、クリーミーなポタージュ。サクサク食感のクルトンも、北海道の自社パン工房で焼き上げました。

マグカップ コーヒーカップ
6分目 8分目

お湯の分量 150mlの目安は、一般的なマグカップなら6分目、コーヒーカップなら8分目!

「クノール® カップスープ」(チーズ仕立てのほうれん草のポタージュ)



100%指定農場栽培のほうれん草と3種のチーズがたっぷり入った、コクがあってまろやかな味わいのポタージュです。

「クノール® カップスープ」(完熟トマトまるごと1個分使ったポタージュ)



スープに完熟トマトまるごと1個分使用。トマトのおいしさがたっぷり入ったポタージュです。

「クノール® カップスープ」(つぶつぶコーンクリーム)



つぶつぶコーンがたっぷり入った、コーン風味とミルクのコクが豊かなコーンクリームスープです。100%指定農場栽培の原料のスーパースイートコーン素材のおいしさを最大限に引き出すため、甘さのピークで収穫し、24時間以内にパウダー化しています。

<https://park.ajinomoto.co.jp/recipe/corner/health/asakurabu/>

- 【材料】(1人分)
- マカロニ(早ゆでタイプ) … 約15g
 - 熱湯 … 150ml
 - 「クノール® カップスープ」(チーズ仕立てのほうれん草のポタージュ) … 1袋
- 【作り方】
- ①マグカップ①にマカロニ、ヒタヒタの水を入れ、ラップをせずに電子レンジ(600W)で2分加熱し、水気をきる。
 - ②「クノール® カップスープ」の中身をマグカップ②にあげ、お湯150mlを注ぎ、すぐに15秒ほどかき混ぜる。
 - ③スープに①のお湯を切ったマカロニを入れ、かるくかき混ぜて完成!

マカロニinほうれん草スープ



事前にマグカップを2つ用意してね!

協力: 味の素株式会社 味の素AGF株式

お話を聞かせてくださったのは



味の素AGF
株式会社
大阪支社
第二営業グループ
岩月 菜恵さん

<https://blendy.agf.jp/>

くつろぎと癒しの時間は「ブレンドイ®」とともに

マグで飲むAGF®さんのコーヒーといえば、「ブレンドイ®」。名前はよく知っていますが、「ブレンドイ®」に込められた意味などはあるのですか？

「はい。「ブレンドイ®」とは、「ブレンドがよいコーヒー」に親しさを込めて付けられた造語です。コーヒーの持つ心理的効果である「くつろぎ・癒し」を伝える色として、「深い緑」をブランドカラーとしており、「リラックス」「ホット、一息」「ふう。」といった『くつろぎや癒し』に注目したコーヒーを提供しています。インスタントコーヒーは深いくつろぎであるリラックスを表し、ボトルコーヒーは爽快感のあるくつろぎのクール・ブレイクを、というふうタイプごとに異なるくつろぎを描いています。共通するのは、リラックスできるひと時のパートナーでありたい、ということ。いつもそばにあるハートウォーミングな飲み物でありたいと思っています。」

ということは、AGF®にお勤めの皆さんが仕事の合間に一息つきたくなったときに飲むのは、「ブレンドイ®」？

「あ、そうですね。飲みます！ 飲んでます（笑）。そのときの気分にあわせて、フレーバーも変えたりもします。」

「ブレンドイ®」にはドリップコーヒーからインスタントコーヒー、スティックコーヒー、ボトルコーヒーなどラインナップがたくさんありますが、「マグで飲む」なら、おすすめはどれになりますか？

「スティックコーヒーを推したいですね。1本でマグカップサイズ1杯分の、お湯を注ぐだけのお手軽スティックです。フレーバーも豊富なので、クリーミー&スイートな味わいが多彩に楽しめます。また、スティックタイプは個包装なので、袋や瓶タイプの製品より、風味や鮮度を維持できるという長所もありますね。」

スティックには、「ブレンドイ®」スティックと「ブレンドイ® カフェラトリー®」スティックがありますね？

「はい。その2つはコンセプトが異なりまして、「ブレンドイ®」スティックは、『完成された1杯へ』のこだわりがあります。お客様が「おいしい」と感じる香りや味の特徴を科学的に追求し解明して、おいしさを実現するベストバランスで、コーヒーのプロの自信作をスティックにしています。「ブレンドイ®カフェラトリー®」スティックは『カフェで過ごすようなご褒美のひととき』のこだわりがあります。淹れた瞬間に香りがあふれ出し、泡がふんわりと立ち上がり、深い味わいの1杯になります。」

素朴な疑問なのですが、商品ごとにコーヒー豆って異なりますか？

「はい。製品ごとにおいしさを最大化させるために、コーヒー豆の産地、品種は異なります。「ブレンドイ®」スティックの中でも、商品によってコーヒー豆の産地や品種を使い分けています。詳細は企業秘密となるため、これ以上はお伝えできませんが……。」

おいしく感じる完成された1杯
それが、「ブレンドイ®」スティックのこだわり

「ブレンドイ®」スティックのフレーバーは全部で16種類！

先ほど「ブレンドイ®」スティックはフレーバーが豊富というお話がありました。カフェオレだけで7種類もあるんですね。

「はい。甘いのが苦手な方や苦いのが好きな方、ミルクは多めが好きな方など、同じカフェオレでもお客様の好みは様々です。スティックが描く「くつろぎ」は、『色々なフレーバーから気分に合わせて楽しめるブレイクタイム』というコンセプトなので、選ぶ楽しさや、それぞれの味の違いやおいしさを楽しんでもらえたらと思います。」



スティックを楽しむためには、淹れ方も大切かと思うのですが、お湯の温度など気をつけたほうがよいことはありますか？

「お湯の温度は飲用者の好みにもよりますので、具体的な温度目安というものはございませんが、お湯の温度は高いほど溶けやすいです。」

これからの季節、アイスにして飲むことも多くなると思うのですが、アイスにするときのコツなどはありますか？

「「ブレンドイ®」スティック冷たい牛乳で飲むシリーズ」に限り、冷たい牛乳を注いだら、すぐに10秒で30回ほど、よくかき混ぜてお召し上がりいただけます。その他の「ブレンドイ®」スティックはホットでもアイスでもお楽しみいただけます。アイスでの飲み方は、スティック1本にお湯をいつもの半分注いでかき混ぜ、氷を5~6個加え冷たくなるまで、再度かき混ぜます。」

「ブレンドイ®」スティックのアイスでの淹れ方



最後になりますが、読者の方に伝えたいことなどがあれば、ぜひ。

「昨年度、佐竹食品の従業員様に「ブレンドイ®」スティックの人気投票を実施いただき、結果は1位 カフェオレ、2位 カフェオレほろろに、3位 紅茶オレとなりました。従業員の方々おすすめのフレーバーをぜひ、お客様にも試していただければ幸いです。また、「ブレンドイ®」スティックはスイーツのフレーバーとしても使えます。下のレシピやホームページのレシピを参考に、挑戦してみてくださいたら、うれしく思います。」

岩月さんのおすすめはコレ！

毎日手軽にポリフェノール

ポリフェノールとは？

ポリフェノールとは、植物のもつ苦みや渋味、色素成分などのことです。植物が紫外線などのストレスから自身を守るために体内に合成する物質であり、コーヒー豆や紅茶、ココアなどにも含まれています。

「ブレンドイ®」スティック カフェオレ



「ブレンドイ®」スティック カフェオレ 大人のほろろにが



「ブレンドイ®」スティック 紅茶オレ



「ブレンドイ®」スティック ココアオレ



「ブレンドイ®」スティックの楽しみ方

抹茶オレのしっとりホットケーキ

- 【材料】(直径5cmのホットケーキ約10~12枚)
●「ブレンドイ®」スティック 抹茶オレ…2本
●お湯…大さじ1 ●卵…1個
●豆乳…50ml ●ホットケーキミックス…100g
●はちみつ(好みに応じて)…適量

【作り方】

- スティック2本のうち1本半を材料表記のお湯で溶いておく。残りのスティック半量はとっておく。
- ボウルに①、卵、豆乳を入れてよく混ぜ、ホットケーキミックスも加え、生地を作る。
- フッ素加工のフライパンを弱火にかけ、②の生地を直径5cmくらいの大きさに流し入れ、両面焼く。全部で10~12枚くらい焼ける。
- ③を何枚か重ね、①で残しておいたスティック半量を少しずつふりかける。お好みではちみつをかけても。



レシピは抹茶オレを使用していますが、好きなフレーバーでもおいしく作れますよ。

カフェオレ&チーズ味のカリカリスティック

【材料】(4人分)

- 「ブレンドイ®」スティック カフェオレ…1本
- 冷凍パイ…1枚(75g)
- パルメザンチーズ…12g
- 小麦粉(打ち粉)…適量 ●溶き卵…適量

【作り方】

- 冷凍パイを解凍し、2つに切って2ミリほどの厚さにのばす。
- 1枚の片面全体に溶き卵をハケでぬる。
- パルメザンチーズとスティックの両方を2/3ほどまんべんなく振りかける。
- もう1枚を合わせて押しさえ、その表面にまた溶き卵をハケでぬる。残りのチーズとコーヒーをまんべんなく振りかける。
- 食べやすい大きさに切り分けて、200℃にあたためたオーブンで8分ほど焼いたら出来上がり。



こだわりの逸品

Satake Select

新発売

いぶりがっこの タルタルソース

燻製ブーム
到来!!

ゴロゴロ

シャキ
シャキ

パリパリ



いぶりがっこの
タルタルソース(150g)

秋田名物の「いぶりがっこ」をふんだんに入れたタルタルソース。芳醇ないぶりがっこの香りが、やみつきになるおいしさです。揚げ物はもちろん、様々な料理にお使いいただけます。

秋田の老舗漬物屋
「雄勝野寺むらや」の
いぶりがっこ使用

『いぶりがっこ』は秋田県が本場の大根の漬物。大根を煙でいぶしてあるので

いぶりがっこ=燻した漬物。燻製の香りが鼻をくすぐり、噛めば噛むほど香りと旨味が広がります。

おすすめポイント

クリーム
チーズ風味を
付与してまろやかで
コクのある
ソースに

おすすめポイント

ダイス状に
カットされた
いぶりがっこを
18%使用

惣菜に ちょい足しで 旨味マシマシ!

ちょい足し!
ポテサラに

ポテトサラダに加えて
大人のポテトサラダに
大変身★

クラッカーにのせるだけで
簡単おつまみに!

ちょい足し!
野菜に

スティック野菜に
ディップして
やみつきになる
美味しさ!

お肉にもお魚にも!
フライ×タルタルソースの
相性抜群★





おひな様 パフェ

簡単で
かわいい!!

3月3日 ひなまつり

女の子の健やかな成長を祈って
お祝いする日ですが、近年では、
「季節を感じて、日本の伝統行事を親しみを感じ、楽しむ日」
として男の子も一緒に祝うことが増えています。
今回は、そんなお子様と一緒に盛り付けを楽しみたい、
お手軽パフェです!

材料 (小さめの器2個分)

- 白桃 (缶詰) ... 1/2缶
- いちご ... 3個
- 市販カステラ ... 20g
- お好みのアイスクリーム ... 適量
- ひなあられ ... 適量

作り方

- 白桃は一口大に切る。いちごは4等分に切る。カステラは一口大に切る。
- よく冷やしたカップに①の白桃とカステラを入れ、アイスクリームをのせる。その上から、ひなあられを彩りよく盛り付ける

大きめの器でつくるときや個数を増やすときは、全部の材料を多めに用意すればOK!
お好みのフルーツに代えてもおいしい!!



ひなまつりとひなあられ

昔の女の子たちは、ひな人形に春の景色を見せるために、川辺などの野外にごちそうを持って出かけていました。その時に持って行ったお菓子が「ひなあられ」。一説では、菱餅を砕いたものともいわれ、桃・白・緑のお菓子を食すことで、自然のエネルギーを授かり、健やかに成長できるとされています。



ちなみに、ひなあられは東西で違いがあり、関東では甘い「ポン菓子」で、関西では色とりどりの「がきもち」となっています。



ひな人形の由来

ひなまつりに飾るものといえば、お雛さま。その土台は、人形(ヒトガタ)で体をなでて穢れを落とし、川へ流すという昔あった習俗。その紙の人形は宮中の人形遊びの文化などと混じりあい、より精巧で美しいものへ変化します。次第にそれは川に流すものではなく、女の子の旅や嫁入りの際の人形(ヒトガタ)として輿に乗せたり、花嫁道具の中に入れられたりする人形となりました。



マンデークーポン 3/28 月 当日限り
お1人様1枚限り有効
4,000円以上のお買い物でご利用になれます。
400円券

マンデークーポン 3/21 月 当日限り
お1人様1枚限り有効
3,000円以上のお買い物でご利用になれます。
300円券

マンデークーポン 当日限り
お1人様1枚限り有効
2,000円以上のお買い物でご利用になれます。
200円券

マンデークーポン 当日限り
お1人様1枚限り有効
1,000円以上のお買い物でご利用になれます。
100円券

SAMPLE

クーポン券をご希望のお客様は、毎月 月末レジにて配布致しております。詳しくはサービスカウンターでご確認ください。

次回予告

satake通信
2022. Apr. 4月号



トーストLOVE
しらす&じゃこ
春の山菜

料理じょうずに
なる前の

基本の「き」を 覚えよう!

まぎらわしい料理用語から、
料理に関する基本の「き」
くらの内容を毎回少しずつ
説明するコーナー。



調味料編

トウガラシ

トウガラシはナス科唐辛子属の一年草。
その種類はとて多く、世界には500種以上があるといわれています。
辛みのないピーマン、パプリカ、シシトウなどもトウガラシの仲間です。

代表的なトウガラシ

メキシコ料理の味付けに欠かせないのがトウガラシ。日本でいう醤油や鰹節などにあたるといいます。
本場メキシコで使うトウガラシは多すぎるので、ここでは日本でお馴染みの代表的なものをご紹介します。

唐の爪

小ぶりの赤唐辛子の総称で、「本鷹」「熊鷹」「三鷹」「八房」などの種類があります。辛味が強く、乾燥させて料理に使うほか、粉にしたものは一味唐辛子の原料になる。



ハラペーニョ

メキシコ料理によく使われる青唐辛子で、辛味の中にも甘さがある。サルサソースやタコスに使うほか、ピクルスとして食べられている。



韓国産トウガラシ

赤く熟したものは辛い、青い未熟果は辛味がない。キムチやチゲ鍋などによく合う。



ハラネロ

激辛系お菓子の香辛料として知られる激辛トウガラシ。普通のトウガラシでは刺激が足りないときなどに。



トウガラシを使った身近な調味料

一味唐辛子

乾燥したトウガラシを粉末にしたもの。トウガラシがもつ、そのままの辛味を楽しむ。



七味唐辛子

トウガラシにゴマ、山椒、ケンの実、青じそ、麻の実、しその実、陳皮(みかんの皮)、海苔、菜種などの材料を7種類前後入れて粉末にしたもの。



柚子こしょう

もともとは九州や高知県などで親しまれてきた調味料で、青トウガラシに柚子の皮、塩などを入れてペーストにしたもの。



ラー油

ごま油などの植物油にトウガラシなどの辛味をつけたもの。トウガラシ、生姜、ニンニク、山椒、ねぎなどをブレンドし、辛味をマイルドにし食べやすくした「食べるラー油」も人気。



九州ではトウガラシのことを「ジョツ」と呼んでいたため、柚子こしょうって「ジョツ」なんだよ!

花ごぼ

ユキヤナギ



日本や中国を原産地とする低木の落葉樹で、長く伸びた枝に可愛らしい小花をたくさん咲かせます。その枝は弓なりに垂れることから「ユキヤナギ」と呼ばれるようになったとか。
3〜4月に咲くので、地域によっては本物の雪との共演も見られます。

ユキヤナギの花ことば

ユキヤナギの花ことばは、「愛らしさ」。1cmほどの小さな花が枝いっぱい咲く様子は、愛らしく健気に見えることが由来となっています。同様に、「殊勝」「賢明」という花ことばもあります。



satake川柳 応募方法

郵便はがきにて、下記の内容をご明記の上、ご応募ください。
○郵便番号 ○ご住所
○お名前 ○年齢 ○ご職業
○今月の川柳
○川柳用のペンネーム
○ご利用店舗
○satakeへのご意見・ご要望
○応募券
(テープ等でしっかり貼り付けてください)
〈応募先〉
〒564-0027
大阪府吹田市朝日町14-19
「satake通信」係
消費税の改定に伴い、
郵便料金が変更しています。
変更前の通常はがきを使用する場合は、
差額の郵便切手を貼り足して
投函をお願いします。

おかげさまで大好評!

satake川柳

みなさまの作品 募集中です!

審査は川柳素人のsatakeスタッフが
おこないますので、おもしろさやセンスのよさ、
日常が覗える心温まる作品など、
ピピッときた感覚で選んでいただきます。
今月のお題作品は5月号で発表となります。
応募方法をご確認の上、お気軽にご応募ください。
たくさんのご応募お待ちしております!

satake通信紙面の
このコーナーで発表
&
3,000円相当の
お買い物商品券
プレゼント!

ラッキー賞も
あるよ!
500円相当の
お買い物商品券
プレゼント!

お題 思い出の味

たくさんのご応募 ありがとうございます!

ステーキは 父がフランベ 本格派 雪だるまさん(51歳)	学食のタルタル多めの フィッシュフライ みちるさん(52歳)	べたんこの ホットケーキ 母の味 カタンさん(43歳)	母の手の 温もり感じた 塩おすび キキさん(69歳)	春が来た 楽しかったな いちご狩り さくらさん(29歳)
------------------------------------	--------------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

国や自治体からの要請がある場合、クーポンの使用が不可となる場合がございます。

マンデークーポン

レシート1枚につき
3,000円以上のお買い物でご利用いただけます。 **300円券**

本券はFoods Market satake対象店舗にて、表面に掲載されている期間・条件にて1枚ご利用いただけます。

■お買い物の際、お会計前に本クーポン券をレジ係にお渡しください。(必ず切り取ってお持ちください。)

対象店舗 (Foods Market satake 全店)
朝日町本店/千里丘駅前店/西駅前店/久宝寺駅前店/コア古川橋店/大池店/高槻城西店/尼崎道意店/梶町店/豊屋川店/岸辺駅前店/ピエラ千里丘店/野里店/新大阪店/摩耶駅前店
※業務スーパー TAKENOKO ではご利用できません。

マンデークーポン

レシート1枚につき
4,000円以上のお買い物でご利用いただけます。 **400円券**

本券はFoods Market satake対象店舗にて、表面に掲載されている期間・条件にて1枚ご利用いただけます。

■お買い物の際、お会計前に本クーポン券をレジ係にお渡しください。(必ず切り取ってお持ちください。)

対象店舗 (Foods Market satake 全店)
朝日町本店/千里丘駅前店/西駅前店/久宝寺駅前店/コア古川橋店/大池店/高槻城西店/尼崎道意店/梶町店/豊屋川店/岸辺駅前店/ピエラ千里丘店/野里店/新大阪店/摩耶駅前店
※業務スーパー TAKENOKO ではご利用できません。

SAMPLE

クーポン券をご希望のお客様は、
毎月 月末レジにて配布致しております。
詳しくはサービスカウンターでご確認ください。

レシート1枚につき
1,000円以上のお買い物でご利用いただけます。 **200円券**

本券はFoods Market satake対象店舗にて、表面に掲載されている期間・条件にて1枚ご利用いただけます。

■お買い物の際、お会計前に本クーポン券をレジ係にお渡しください。(必ず切り取ってお持ちください。)

対象店舗 (Foods Market satake 全店)
朝日町本店/千里丘駅前店/西駅前店/久宝寺駅前店/コア古川橋店/大池店/高槻城西店/尼崎道意店/梶町店/豊屋川店/岸辺駅前店/ピエラ千里丘店/野里店/新大阪店/摩耶駅前店
※業務スーパー TAKENOKO ではご利用できません。

レシート1枚につき
1,000円以上のお買い物でご利用いただけます。 **200円券**

本券はFoods Market satake対象店舗にて、表面に掲載されている期間・条件にて1枚ご利用いただけます。

■お買い物の際、お会計前に本クーポン券をレジ係にお渡しください。(必ず切り取ってお持ちください。)

対象店舗 (Foods Market satake 全店)
朝日町本店/千里丘駅前店/西駅前店/久宝寺駅前店/コア古川橋店/大池店/高槻城西店/尼崎道意店/梶町店/豊屋川店/岸辺駅前店/ピエラ千里丘店/野里店/新大阪店/摩耶駅前店
※業務スーパー TAKENOKO ではご利用できません。

旧料金の通常はがき
(62円)を使う場合は
1円分の切手を貼って
63円にして出してね!

〈応募締切〉
3月15日(火) 当日消印有効
〈当選発表〉
satake通信5月号紙面にて
発表いたします。

今月の川柳お題
私の思い出の味
川柳好きの方へ
「私の思い出の味」
をテーマに、
思い出の味を
詠んでください。

※応募作品の著作権および
利用の権利は、佐竹食品株式
社に帰属します。また、応募
作品は返却いたしませんので、
ご了承ください。
※応募作品は未発表のものに
限ります。
個人情報取り扱いについて
ご応募いただいた情報は、
発送業務・ご意見の把握の
みに使用し、他の目的には
一切使用いたしません。

satake通信3月号
satake川柳
応募券