

いただきますをたのしく

「旬」が
まるごと

satake通信

2023

9
September

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



秋の味覚を楽しもう♪

きのこ 蒐集

TAKE FREE

contents

PICK UP!

食材FILE 明太子

季旬彩々 新米

こだわりの逸品

本格芋焼酎『小松帯刀』

今月のスイーツ

アフォガート

四季彩々 花ごよみ

カンナ

Instagram
やっています!!

#日本一楽しいスーパー
#いただきますをたのしく



FOODS.MARKET.SATAKE



明太子といえば、炊きたてごはんのおともにぴったりですが、日本酒などの肴としても秀逸♪ また、お餅や白ご飯、芋類などの炭水化物や、チーズやマヨネーズなどのこってり系食材とも相性がよいので、使いこなすと料理の幅がぐっと広がります。

ぷちぷち旨辛
ごはんのおとも

選び方

- ふっくらしてはりのあるもの
- 薄皮がやぶれていないもの
- 薄皮の厚みが薄く、透明感のあるもの

保存方法

購入後はなるべく早く食べ切りましょう。食べきれない場合は、冷凍保存がおすすめ。一腹ずつラップで包み、密封できるポリ袋に入れて冷凍庫へ。

『明太子』とは？

スケトウダラの卵巣であるタラコを塩漬してから、唐辛子の入った調味液に漬けたもの。もともとは朝鮮半島で食べられていた明太キムチを、博多の名店「ふくや」の創業者、川原俊夫氏が試行錯誤をくり返し、日本人好みにアレンジしたものとされています。川原氏は特許をとらず、レシピを開示しノウハウを広く伝授したため、博多を中心に明太子の一大産地となりました。

お店ごとに工夫を凝らしているため、明太子といっても味はさまざま。原材料の選び方から調味液の配合、隠し味の有無などにより、味わいや辛さ、コクなどに違いが生まれます。

satakeおすすめ!

食卓の
やまや

●辛子明太子
●並切れ明太子

ほかほかご飯と相性抜群。料理にもお使いいただけます♪

※店舗により取り扱いのない場合がございます。

明太子のほぐし方

包丁で…

明太子を縦に置き、包丁で縦に切り込みを入れ、左右に開く。包丁の背、またはスプーンなどで中身をこぼれ取る。



ラップで…

明太子をラップで巻き、明太子の端をハサミで切り落とす。反対側の端からチューブのように中身を押し出す。



明太子の臭みやわらげたいときは

魚卵特有の臭みが気になるときは、レモン汁を少しかけると和らぎます。オリーブオイルやごま油でも効果的です。

明太子 de おつまみレシピ♪

ぷちぷちでピリ辛の明太子は、そのまま完成したおいしい酒肴なのですが、アレンジを加えれば、よりバラエティに富んだ味わいが楽しめます。

材料 (2人分) レンコンの明太クリームチーズ和え

- レンコン … 150g
- クリームチーズ … 40g
- かいわれ大根 … 1/2パック
- しょうゆ … 小さじ1
- 明太子 … 40g
- レモン汁 … 小さじ1

作り方
①クリームチーズは耐熱容器に入れ電子レンジで10～20秒ほど加熱し、やわらかくしておく。明太子は薄皮をむき、ほぐしておく。
②レンコンは皮をむき、薄い半月切りにする。酢水に5分ほどさらしてから水気を切る。耐熱皿に並べ、ふんわりとラップをして電子レンジ(600W)で1分半ほど加熱する。粗熱がとれたらキッチンペーパーで水気をふき取る。
③かいわれ大根は根元を切り落とし、長さを半分にする。
④ボウルに明太子、クリームチーズ、しょうゆ、レモン汁を加え、混ぜ合わせる。②と③を加え、やさしく和える。



ごま香る♪きゅうり明太

- 材料 (1~2人分)
- きゅうり … 1本
 - ごま油 … 小さじ1
 - 明太子 … 1/2腹(約25g)
 - しょうゆ … 小さじ1/2

作り方
①きゅうりはめん棒などでたたき、食べやすい大きさに切る。
②明太子は薄皮をむき、ほぐしておく。
③ボウルに①と②、ごま油、しょうゆを入れ、よく和える。



ONEPOINT
イカが好きな方は、きゅうりのかきりにイカのお刺身にしてもおいしい♪

白はんぺんの明太チーズ焼き

- 材料 (2人分)
- 白はんぺん … 2枚
 - マヨネーズ … 大さじ2
 - 白ネギ … 7~8cm
 - 黒こしょう … 適量
 - 明太子 … 1腹
 - ピザ用チーズ … 20g

作り方
①白はんぺんは三角形になるように斜めに2等分する。白ネギは斜め薄切りにする。
②明太子は薄皮をむき、ほぐしておく。
③ボウルに②とマヨネーズを入れ、混ぜ合わせる。
④白はんぺんの上に③をぬり、白ネギをのせ、黒こしょうをかける。さらにピザ用チーズをのせ、オーブントースターで焼き色がつくまで焼く。



ONEPOINT
チーズが溶けてたれるかもしれないので、焼くときはアルミホイルを敷くのがおすすめ。

材料 (2人分) 明太ポテサラ

- ジャガイモ … 大2個または中3個
- 明太子 … 1腹
- マヨネーズ … 大さじ2
- きざみ海苔 … 適量
- [A] 塩、黒こしょう … 適量
- 酢 … 小さじ2/3
- めんつゆ(濃縮) … 小さじ1/2

作り方
①ジャガイモは皮をむいて、ひと口大に切る。水で濡らせてから耐熱皿にのせ、ふんわりとラップをかけて電子レンジ(600W)で6分ほど加熱する。
②明太子は薄皮をむき、ほぐしておく。
③①が熱いうちにボウルに入れ、粗くつぶし、[A]を加えて混ぜ、下味をつける。
④③の粗熱がとれたら、②の明太子とマヨネーズを加えて混ぜ合わせる。器に盛り、きざみ海苔をのせる。



新米の特長

新米といえば、なんといってもみずみずしさ。水分量の多さが特長ですね。といっても、近ごろは貯蔵環境がぐっと向上しているため、それほど新米と古米に差はないといわれています。水分量15%ほどが貯蔵性にすぐれているとされており規格でも決められているため、新米も15%まで水分量を減らしているからです。昔は「新米を炊くときはお水を減らせ」というのが常套句でしたが、今は一度ふつうに炊いていただき、お好みの仕上がりに水分が多く感じる場合は、次から少し水の量を減らしてみましよう。

新米

- 水分が多く、つややか。
- 香りよく、もっちりした口当たり。
- 炊き上がりが水っぽくなりやすい。

古米

- 水分が減っていくので、くっつきにくくなる。
- 炒飯や寿司などの調理に向いている。
- 古米臭がする。

保存方法

お米は温度や湿度の影響を受けやすく、野菜や肉、魚と同じように鮮度が命の食材。密閉容器や空のペットボトルに入れて冷蔵庫の野菜室で保存するか、常温保存の場合でもできるだけ低温で湿度の低い場所に保管しましょう。1か月程度で食べきれる量をそのつど買うのが理想的です。

炊いたご飯を冷凍保存するときは...

多く余ってしまった、すぐに食べない場合は、炊飯器の保温機能でそのまま置いておくよりも、あたたかいうちにラップで包み、急速冷凍をしましょう。白飯をつぶさないようにラップに広げ、なるべく平らに板状にして、使いやすい分量ずつ包んで、冷凍庫にいれます。食べるときは、電子レンジで解凍。なるべく早く食べ切りましょう。

おいしくお米を炊くコツ

今は精米機の性能もあがっているため、米についているぬかも少なくなっています。昔のように、がしがしと力を込めて米を研ぐと、お米のうまみが逃げてしまうので、気をつけて。

1 必ずお水で研ぐ!

お湯で研ぐと、でんぷんが糖に分解され、ごはんの甘みのもとを水と一緒に流してしまうのでNG!



水をたっぷり注ぎ、すべての米が水に浸かったら、さっとかき回して手早く水を捨てる。再び水を注ぎ、さっとかき回して水を捨てるのを2〜3回繰り返す。

水に長く浸けると、米が糯々しくなるよ!

2 力を入れ過ぎない!

がしがしと力を込めて擦り合わせると、お米の表面にあるうまみ成分が削れてしまうのでNG!



カシャカシャと音が鳴る程度で、手の平で擦るようにして一定のリズムでかき回す。研ぎ水がたまったら、水を足して軽くかき回してすぐ捨てる。

これを2〜3回繰り返す!

3 一定時間、浸水しておく!

研いだ米は、夏場30分、冬場は1時間ほど水につけます。



一定時間、水につけておくことで、でんぷん質が分解し甘みが増えるよ!

4 炊けたらほぐす!

ごはんが炊けたら、しゃもじを使って切るようにほぐします。



ほぐすことでもうなく、均一な炊き上がりになるよ!

浸水させる水温にこだわってみよう!

秋口はまだ暑く、水道水もぬるくなりがち。ぬるい水で炊くとお米のでんぷんが分解されにくく、甘みがでにくくなります。甘みのあるおいしいお米に炊き上げるには、冷水からじっくり炊くのがポイント。水を1〜2個入れる(その分、水の量は減らす)、冷やした水を使う、お釜ごと冷蔵庫で冷やすなどの対応をして、水の温度がぬるい場合は、炊く前の水温を下げておきましょう。

※店舗により取り扱いのない場合がございます。

satake
おすすめ!

おすすめの
新米

徳島県産
ヨシヒカリ
(阿波美人)

※店舗により取り扱いのない場合がございます。

阿波美人とは、徳島の阿南地区限定でとれるヨシヒカリのこと。昔から阿南地区は早稲米の名産地として有名で、食味のいいお米が取れることでも知られています。もっちりとした柔らかさで、口の中に入ると甘味が広がり、綺麗に粒がほぐれていきます。



秋の味覚を楽しもう♪

きのこ

蒐集

選び方

- かさの巻きが強く、裏側のひたや軸が白くきれいなもの
- 椎茸の場合はかさが肉厚でハリがあり、ひたがきれいなもの

秋の味覚はいろいろありますが、季節を問わずリーズナブルで、安定して生産されているものといえば、「きのこ」。人工栽培されているので、通年出荷しますが、自然に自生したものは、松茸を代表するように、秋が旬。秋の食材とも合わせやすいので、きのこと一緒に秋味を満喫しましょう。

日本に自生しておらず、日本名では「ツクリタケ」も生産されているきのことして、ブラウン種が流通し

しいたけ

江戸時代には人工栽培されていたという日本を代表するきのこ。菌床栽培技術の向上により、肉厚なものも出回るようになりました。

生椎茸と干し椎茸の使い分け

お好みでどちらを使ってもよいのですが、生椎茸ならではの食感や風味は干し椎茸では味わえず、干し椎茸ならではの味の染み込み具合や旨み、歯ごたえなどは生椎茸では味わえません。

生椎茸がおすすめ

焼き物、焼きそば、炒め物、混ぜごはん、天ぷら、揚げ物などに。肉厚なものは食べ応えも十分。

干し椎茸がおすすめ

味がよく染み込むので、煮物、炊き込みごはん、ばら寿司の具、中華の炒め物、煮し物に。戻し汁も出汁として使えます。

椎茸とサツマイモの甘辛バター炒め

- 【材料】
- 生椎茸 … 5個
 - サツマイモ … 1/2本
- 【A】
- ・しょうゆ … 大さじ1と1/3
 - ・みりん … 大さじ1
 - ・砂糖 … 小さじ1
 - バター … 15g
 - きざみねぎ … 適量



【作り方】

- ①生椎茸は軸を切り落とし、小さいものは半分に、大きなものは4〜5等分に切る。サツマイモは皮つきのまま、1cm幅ほどの半月切りにする。
- ②【A】を混ぜ合わせておく。
- ③フライパンにバターを入れ中火で熱し、サツマイモを入れて炒める。サツマイモに火が通ったら、生椎茸を加え、炒め合わせる。
- ④全体に焼き色がついたら②を加えて、全体に味をなじませる。器に盛り、きざみねぎを散らす。

ぶなしめじ

かつては「ホンシメジ」と呼ばれていた品種で、一般的に「シメジ」といえば、現在はブナシメジのことをさします。くせのない味わいなので、和洋中問わず、鍋物やスープ、パスタ、炒め物、煮物、和え物など、幅広く使えます。

シメジ? ホンシメジ? ヒラタケ?

いまだ紛らわしいシメジの名前。標準と名でホンシメジといえば共生菌の「本しめじ」を指しますが、人工栽培されたヒラタケが本しめじに似ていたため『シメジ』という商品名が付けられ流通。その後、人工栽培のブナシメジが誕生し、ヒラタケの『シメジ』に対抗して『ホンシメジ』という商品名で流通。1991年に林野庁が実際の名称できのこを販売するよう通達したことから、現在では本来の「本しめじ」「ひらたけ」「ぶなしめじ」という名前が使われています。

これが本当の「本しめじ」!

ひらたけ

昔は「しめじ」だった!?

現在、シメジといえば「ぶなしめじ」をさしますが、一昔前にはシメジといえば、現在の「ひらたけ」の幼菌のことを指す時代がありました。「ひらたけ」はヒラタケ科ヒラタケ属のきのこなので、シメジの間ではありません。理由は定かではありませんが、「香り松茸、味しめじ」で知られる「本しめじ」に形が似ており味もおいしいことからシメジを名乗っていたのでは、といわれています。

名前の通り、かさが平らに開くから「ひらたけ」。栽培の仕方や収穫するタイミングによって、かさの色や形に違いがあります。くせのない味わいと穏やかな香りは料理に合わせやすく、旨味が多く歯ごたえもあるので、汁物や炒め物にぴったりです。

ひらたけのガーリックバター炒め

- 【材料】
- ヒラタケ … 1パック
 - ニンニク(みじん切り) … 1片
 - バター … 5g
 - しょうゆ … 小さじ2
 - こしょう … 適量



【作り方】

- ①ひらたけは食べやすい大きさにほぐす。
- ②フライパンにバターとニンニクを入れて火にかけ、香りが出てきたら①を加えて炒める。
- ③しんなりしてきたらしょうゆを加えて炒め合わせ、こしょうをふる。

まつたけ

松茸の歴史は古く、縄文時代には食べられていたといわれており、「日本書紀」や「万葉集」にも登場。「香り松茸、味しめじ」という言葉があるほど、昔から香りを楽しみ食べられてきた秋の風物詩です。

保存方法

きのこは風味が落ちやすいので、なるべく早く食べましょう。開封後はキッチンペーパーで水気をふき取り、きれいなキッチンペーパーに包んでからポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ。

冷凍する場合

石づきのあるものは石づきをカットし、使いやすいサイズに切ったものを、あるいはほぐしたものを密封できるポリ袋に入れ、なるべく平ら(板状)にして保存しましょう。

きのこは加熱して食べましょう

一般に食用とされているきのこ類は十分に加熱してから食べる必要があります。その理由は、裏側のひだに雑菌がついていたり、補食から身を守るために微量の有害物質を含んでいたりと、きのこ類に含まれる有害物質は熱に弱いので、加熱すれば問題ありません。生で食べたり加熱が不十分だったりすると、おなかをこわすなどの中毒を起こすことがあるので注意しましょう。

マッシュルーム

人工栽培されているため、「」と呼ばれます。世界でもっとも多くあり、日本ではホワイト種が主流です。

エリンギ

欧州や北米を原産とするきのこで、日本には自生していないため、出回っているのは人工栽培されたもの。くせのない味わいと、コリコリとした弾力のある歯ごたえが魅力です。

エリンギ × レンコン

エリンギとレンコンのめんつゆマヨ炒め

【材料】(2人分)

- エリンギ … 1パック
- レンコン … 200g
- ベーコン(ハーフ) … 4枚
- ごま油 … 大さじ1/2
- めんつゆ(3倍濃縮) … 大さじ1と1/3
- マヨネーズ … 大さじ1と1/2
- 黒こしょう … 少々



【作り方】

- ①エリンギは長さを半分に切り、縦に5mm幅くらいの薄切りにする。レンコンは皮をむき、5mm幅くらいの輪切りにする。
- ②ベーコンは短冊切りにする。
- ③フライパンにごま油を入れて中火で熱し、ベーコンを炒める。
- ④①を加え、中強火にして炒め合わせ、エリンギとレンコンに火が通り、少し焼き色がついたら、めんつゆとマヨネーズを加えて全体に味をからめる。仕上げに黒こしょうを軽くふる。

切り方 食感「七変化」

兜割り 縦に重たいエリンギを端から切る。大きいものは縦半分に分けてから薄切りにし、ソテーや煮付け、炒め物などエリンギの形を活かした料理に。	縦薄切り 縦に重たいエリンギを端から切る。大きいものは縦半分に分けてから薄切りにし、ソテーや煮付け、炒め物などエリンギの形を活かした料理に。	輪切り 横に重たいエリンギを端から切る。少し厚めに切るとホタテのような見た目。炒め物はもちろん、煮付けや揚げ物にも。	手で裂く 繊維に沿って手で裂く切り方。味がからみやすくなるので、ソテーや煮付け、煮込み料理、マリネなどに。
斜め切り 端から斜めに切る。大きいものは縦半分に分けてから斜めに切る。大きく切ると食べ応えがある。炒め物や煮物、スープの具などに。	乱切り 縦からエリンギを回しながら三角になるように切る。大きく切ると存在感がある。煮込み料理やカレー、スープの具などに。	ささがき 輪を鉛筆のように削る切り方。ほかの具材と合わせる炒め物や煮物、かき揚げなどに。	

鮭とぶなしめじの紙包み焼き

- 【材料】(2人分)
- 生鮭 … 2切
 - ぶなしめじ … 1パック
 - タマネギ … 1玉
 - 塩・こしょう … 適量
 - バター … 30g
 - 白ワイン … 小さじ4
 - しょうゆ … 小さじ4
 - レモン … お好みで



- 【作り方】
- ①生鮭の両面に塩・こしょうをふる。オーブンは180℃に予熱しておく。
 - ②ぶなしめじは石づきを切り落とし、手でばらす。タマネギは半分に切り、薄切りにする。
 - ③オーブンシートを2枚重ね、両端をねじって舟型にする。
 - ④②にタマネギ、生鮭、ぶなしめじ、バター(15g)の順にのせ、塩・こしょう、白ワイン(小さじ2)、しょうゆ(小さじ2)をふりかける。(同じものを2つ作る)
 - ⑤天板に④をのせ、オーブンの下段にセットし、20分ほど焼く。器に盛り、お好みでレモンを添える。

オーブン用シートがないときは、アルミホイルでもOK!

舞茸

ナラ、栗、椎などの根際に自生するサルノコシカケ科のきのこ。名前の由来には諸説あり、「見つけると舞い上がるほど喜ぶから」、「その形が蝶が舞うようだから」といわれています。

松茸って こんだ「きのこ」です!

国内ではアカマツ(寒冷地ではエゾマツ、ツガを含む)の根に共生し、樹木ときのこがお互いに栄養源を与えて助け合う、共生菌タイプのきのこ。たつぷりの腐葉土だけでは松茸は育たず、適度な日当たり、湿気、水分が必要。ほどよく人手の入った山林でないと自生できないため、いまだ人工栽培技術が確立しておらず、天然物しか出回りません。

松茸おこわ

- 【材料】(2合分)
- もち米 … 1カップ
 - うるち米 … 1カップ
 - 松茸 … 2本
 - ぎんなんの水煮 … 50g
 - 【A】白だし … 50ml
 - ・しょうゆ … 大さじ1
 - ・塩 … ひとつまみ
 - ・酒 … 大さじ1



- 【作り方】
- ①もち米とうるち米は合わせて洗い、ざるにあけて30分以上おく。
 - ②松茸は包丁で石づきを削り落とし、サッと水で洗ってぶきんなどで水気を拭き、繊維にそって切る。
 - ③炊飯器の内釜に①の米と【A】を入れて軽く混ぜ合わせ、2合の目盛りまで水(分量外)を加える。②とぎんなんの水煮をのせて普通に炊く。

手で松茸を裂くと味がしみ込みやすくてオススメ!

舞茸は お肉をやわらかくする?

舞茸にはたんぱく質を分解するプロテアーゼという酵素がほかのきのこ類よりも多く含まれています。つまり、お肉をやわらかくするのに役立つということ。手でほぐした舞茸をお肉の上のせて下味に漬け込んで2時間〜一晩ほど寝かすだけ。逆に、舞茸を生のまま茶わん蒸しに入れると卵が固まらないので気をつけて。

茄子と舞茸の煮びたし

- 【材料】(2人分)
- 舞茸 … 1パック
 - ナス … 2本
 - みょうが … 1個
 - ごま油 … 大さじ1
 - 【A】水 … 120ml
 - ・めんつゆ(3倍濃縮) … 大さじ2



- 【作り方】
- ①舞茸は小房にわける。ナスはへたを切り落とし、縦半分に切り、皮目に5mm幅の切り込みを斜めに入れ、さらに縦半分にする。5分ほど水にさらし、水気を切る。
 - ②みょうがは縦4等分に切る。
 - ③【A】を混ぜ合わせておく。
 - ④フライパンにごま油を入れて中火で熱し、①のナスを皮目から入れて焼き、油が染み込んでやわらかくなったら、裏返し反対側も焼く。舞茸を加え、火が通るまで両面を焼く。
 - ⑤器に盛り、みょうがをのせて、③をかける。

お湯割り、水割り、炭酸割り、ロック、ストレート
 どんな飲み方も楽しめる!!



本格芋焼酎 小松帯刀

こまつたてわき



『東京ウイスキー&スピリッツ
 コンペティション2023』では
 見事、金賞を受賞いたしました。

おすすめは炭酸割り!

小松帯刀：炭酸水 1：3

パヨライス
 にかけて
 「大人のスイーツ」
 を楽しむのも
 good!

商品名	小松帯刀(芋) 720ml
品目	本格焼酎
アルコール度	25%
原材料名	さつまいも(鹿児島県産)、米こうじ(国産米)
サツマイモ品種/蒸留法	黄金千貫/常圧蒸留



薩摩の偉人の名を冠する、
 芋らしい香りと
 柔らかかな甘味が特長の
 本格芋焼酎



欧米列強が押し寄せた幕末、
 日本の独立を守るために
 薩摩の地から国を動かした。
 強い意志と明晰な頭脳を持った、
 明治維新の影の功労者
 小松帯刀

吹上焼酎(株)の創業は1896年。125年以上の歴史を持つ従業員13名の小さな蔵元です。令和5年の鹿児島県本格焼酎鑑評会で見事、**21年連続の優等賞入賞**を果たし、その名声は鹿児島県下に轟いています。



吹上焼酎株式会社

本格焼酎「小松帯刀」は1995年に発売開始しました。商品名の由来は「薩摩藩家老 小松帯刀」。吹上焼酎オーナーのご先祖にあたり、明治維新の影の功労者として、2008年のNHK大河ドラマ『篤姫』で準主役として登場し、全国的に知名度が高まりました。



▲仕込みタンク



▼貯蔵用タンク

原材料のサツマイモは、鹿児島県南薩摩産の厳選された「黄金千貫」を使用し、南薩地方を代表する杜氏「下別府和広」が黒瀬杜氏伝統の技を駆使し丹精込めて造っています。芋焼酎の仕込配合は、サツマイモ5:米麴1が標準的な割合ですが、吹上焼酎では、米麴の割合を高くした独自の配合バランスで製造。そうすることで低温でも発酵がスムーズに進むため、芋の風味をしっかりと残しながらも、喉ごしが軽快でグイグイ飲めてしまうから不思議です。**お湯割り、水割り、炭酸割り、ロック、ストレート**、どんな飲み方でもお楽しみ頂けます。明治維新の立役者・小松帯刀の名に恥じぬ、吹上焼酎の自信作を是非ご堪能ください。



[杜氏]下別府和広



黄金千貫

「コーヒー×アイスのかんたんスイーツ」

アフオガート



バナナやミルク風味のアイスやジェラートに、熱々のエスプレッソなどをかけていただくイタリア生まれのスイーツ。アイスの甘さにコーヒーのコクと苦味が混じり合い、口の中でとろけます。

材料 (1人分)

- 市販のバナナアイスクリーム…120~150ml
- エスプレッソまたは濃く淹れたコーヒー…50ml
- ヘーゼルナッツまたはマカダミアナッツ…2~3個
- シナモンパウダー…少々

作り方

- ヘーゼルナッツはポリ袋に入れ、麺棒などで叩いて、軽く砕いておく。
- エスプレッソコーヒーまたは熱湯で濃く入れたコーヒーを用意する。
- 深めの器にアイスクリームを盛り、食べる直前に①とお好みでシナモンをかけ、熱々の②を注ぐ。
生クリームをのせたり、シナモンパウダーのかわりに、チョコレートパウダーなどもかけてもおいしい!

エスプレッソがないときは…

エスプレッソマシンがないときは、コーヒーメーカーやコーヒーフィルターを使って濃いめのコーヒーを淹れましょう。使うコーヒーは、深挽きで細挽きにした粉がおすすめ。なければ濃いめのインスタントコーヒーでもOK。アイスが溶けて薄まるので、とにかく濃く入れるのがポイント。

紅茶派の方はコチラ!

濃く淹れた紅茶でアフオガート

コーヒーが苦手な方は、紅茶でも楽しめます。熱湯50mlにティーバッグを2つ入れ、2~3分蒸らして濃いめの紅茶を作ります。トッピングは砕いたクッキーやドライフルーツなどがおすすめ。

affogato



アフオガートとは?

「affogato」はイタリア語で「溺れる」という意味を持つ言葉で、器の中でアイスがコーヒーに溺れたように見えることから、この名で呼ばれます。エスプレッソをかけたものがポピュラーですが、カルーアなどのリキュールや紅茶などでも楽しんでいるイタリアのドルチェです。

イタリアといえば、

エスプレッソ espresso

イタリアでコーヒーといえば、エスプレッソ。1902年にミラノの職人によりエスプレッソマシンが発明されるとすぐに広がり、イタリアのカフェでコーヒーといえばエスプレッソが出てくるようになりました。食後の締めくくりに、日中に一息入れたいときに、またドルチェの材料としても、イタリア人にとってエスプレッソはなくてはならない飲み物なのです。

イタリアのドルチェにエスプレッソコーヒーは欠かせません!

capuccino



カプチーノは、エスプレッソに泡立てた牛乳を加えたもの

francese



マンデークーポン 9/25 月 当日限り
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 9/18 月 当日限り
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 月 当日限り
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 月 当日限り
1,000円以上のお買い物でご利用になれます。
100円券

SAMPLE

次回予告
satake通信
2023.Oct.10月号
さば
なめ茸・南瓜
サクほろ
アーモンド
クッキー

十五夜

九月二十九日は 中秋の名月

「十五夜」とは、旧暦の八月十五日のこと、いわゆる「お月見」をする日。
二〇二三年の十五夜は九月二十九日、満月になります。
十五夜の月のことを「中秋の名月」と呼びますが、それは秋の中ごろは秋晴れの日が多く空気が澄んでおり、月がきれいに見えるから。
また、里芋などの収穫期であり、収穫祝いをかねて里芋をお供えすることから「芋名月」とも呼ばれます。

「お月見といえば」
月見団子

満月に見立てた丸い団子を月にお供えて、収穫を感謝し翌年の豊穡を祈ります。十五夜にちなんで数は十五個。お米の収穫時期と重なっているため、お米の粉を使って団子にします。

花ごほうび

今月の花 **カンナ**

熱帯アメリカを原産とする暑さに強い多年草で、1m前後の草丈に10cmほどの花を複数咲かせます。花が大きく、草は肉厚で長さもあるため、見た目に華やかで鮮やかです。カンナには仏陀にまつわるエピソードもあり、悪魔が仏陀を狙って岩を落とし、仏陀には当たりませんでした。破片が足に当たり仏陀の流した血は大地に染み込み、そこから赤い花が咲いたとか。それがカンナだといわれています。

花言葉
情熱・快活

元気をもらえそうな見た目や灼熱にも負けない強さが由来となっています。

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、郵便料金が変更されています。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!

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!**

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ばせていただきます。今月のお題作品は11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!

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 お菓子

たくさんのご応募 ありがとうございます!

- とまらない**
甘味と塩味で エンドレス
撫子さん(31歳)
- ダイエット**
忘れ菓子買っ いとをかし
食いしんぼ少納言さん(54歳)
- レジ前に お菓子ならべる**
罪な店(その名はsatake)
カトリヌさん(65歳)
- 菓子ばかり**
食べる娘よ 野菜食え
母は野菜好きさん
- かき氷**
つめたくひんやり 頭キーン
かき氷大好きさめさん(9歳)

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〉
9月15日(金) 当日消印有効

〈当選発表〉
satake通信11月号紙面にて発表いたします。

今月の川柳お題 **ラーメン**

川柳好きの方も、川柳が苦手な方も、どなたでも応募してください!

※応募作品の著作権および使用の権利は、佐竹食品株式会社に帰属します。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、他の目的は一切使用いたしません。

satake通信11月号 **satake川柳 応募券**

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下さい。)
■本券は換金及び現金化することはできません。
■一部除外品がございます。(例: 煙草・宅配便・金券等) ■本券は表面に記載されている当日限り有効となります。該当日を過ぎた場合は無効となります。 ■一度に複数枚のご利用はできません。
(本券のご利用は1回のお買い上げにつき、1枚のみ有効です。)

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 / 梶町店 / 寝屋川店 / 岸辺駅前店 / ビエラ千里丘店 / 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下さい。)
■本券は換金及び現金化することはできません。 ■一部除外品がございます。(例: 煙草・宅配便・金券等) ■本券は表面に記載されている当日限り有効となります。該当日を過ぎた場合は無効となります。 ■一度に複数枚のご利用はできません。
(本券のご利用は1回のお買い上げにつき、1枚のみ有効です。)

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 / 梶町店 / 寝屋川店 / 岸辺駅前店 / ビエラ千里丘店 / 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。

マンデークーポン

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。 **100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下さい。)
■本券は換金及び現金化することはできません。 ■一部除外品がございます。(例: 煙草・宅配便・金券等) ■本券は表面に記載されている当日限り有効となります。該当日を過ぎた場合は無効となります。 ■一度に複数枚のご利用はできません。
(本券のご利用は1回のお買い上げにつき、1枚のみ有効です。)

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 / 梶町店 / 寝屋川店 / 岸辺駅前店 / ビエラ千里丘店 / 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 **2,000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下さい。)
■本券は換金及び現金化することはできません。 ■一部除外品がございます。(例: 煙草・宅配便・金券等) ■本券は表面に記載されている当日限り有効となります。該当日を過ぎた場合は無効となります。 ■一度に複数枚のご利用はできません。
(本券のご利用は1回のお買い上げにつき、1枚のみ有効です。)

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 / 梶町店 / 寝屋川店 / 岸辺駅前店 / ビエラ千里丘店 / 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。