

「旬」が  
まるごと

いただきますをたのしく

# satake通信

2021



May

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



## 牛 肉 図 鑑

### contents



こだわりの逸品 霧のトマト

今月のスイーツ お麩ラスク

花ごよみ 水芭蕉



煮て、蒸して、炒めてヨシ♪  
の二枚貝

# あ さ り

## 活あさりの洗い方と砂の抜き方

### 洗い方

砂抜きしていないものは、砂抜きの前にあさりをよく洗います。

- ①ボウルにあさりを入れて水を張り、ひとつまみずつ両手であさりをこするように洗う。
- ②流水でしっかりとすいで、汚れを落とす。



## あさりde おつまみレシピ♪

うま味たっぷりで嗜み応えもあるあさりは、お酒のあてにぴったり♪  
あさり自体にコクがあるので、あっさり味にも濃い味にもよく合います。

## あさりの 酒蒸し

### 材料(2人分)

- あさり(殻付き)…250g
- 日本酒…100ml
- バター…10g
- しょうゆ…小さじ1/2
- 黒こしょう…少々
- 刻みねぎ…適量

### 作り方

- ①活あさりの場合はよく洗って、砂抜きをする。
- ②フライパンにあさりを並べ、日本酒をいれて中火にかけ、ふたをしてあさりの口が開くまで蒸し煮にする。
- ③バターと黒こしょうを入れ、バターが溶けたらしょうゆを回しかけ、フライパンをゆって全体に味をなじませる。
- ④器に盛り、刻みねぎを散らす。

## あさりの 佃煮

### 材料(2人分)

- あさり(むき身)…250g
- 塩…少々
- 昆布のだし汁…150ml
- しょうが…1/2片

### [A]

- ・しょうゆ…大さじ1と1/2
- ・酒…大さじ2
- ・みりん…大さじ1
- ・砂糖…大さじ1/2

### 作り方

- ①あさりに塩をふり、さっと洗つたらざるにあけ、水気を切る。
- ②しょうがは皮をむき、千切りにする。
- ③鍋にだし汁と[A]のしょうがの半量、[A]を加えて中火にかけ、煮立つたら①のあさりを加え、落しづたをする。
- ④中弱火にし、汁気が少なくなるまで煮る。

## あさりにはうま味がいっぱい!

あさりにはコハク酸が多く含まれています。

コハク酸とは「うま味成分」のひとつで、いわば「おいしさの素」。あさりの味噌汁や炊き込みご飯などがコク深くおいしく仕上がる原因是、コハク酸のおかげだったのです。また、あさりはミネラルが豊富で、特に鉄、ビタミンB12の含有量が秀逸です。



### 保存方法

すぐに食べる場合は、砂抜きをし、そのまま塩水に浸した状態でラップをし、冷蔵庫で保存します。日持ちしないので一両日中には食べ切りましょう。

### 冷凍OK!

すぐに食べない場合は冷凍が便利。砂抜き・塩抜きをしたあさりの水気をしっかりふき取り、密封できる保存袋に重ならないように入れ、しっかりと空気を抜く。急速冷凍するようにアルミやステンレスのパットの上にのせ、冷凍庫で保存します。2~3週間くらいで使い切りましょう。

### 冷凍あさりを使うときは?

解凍せずに、冷凍状態のまま調理します。解凍すると貝が開かなくなってしまうので、気をつけて。汁物なら沸騰したお湯に、炒め物ならオイルとニンニクなどが香り立ってきたらフライパンに加えます。

加熱しても口を開かない貝は、死んでいる可能性があるので取り除きましょう。



## あさりと アスパラの ピリ辛炒め

### 材料(2人分)

- あさり(殻付き)…250g
- アスパラ…4~5本
- 刻みにんにく…小さじ1
- 唐辛子(輪切り)…1本分
- 白ワイン…大さじ3
- オリーブオイル…大さじ1
- 塩、黒こしょう…少々

### 作り方

- ①活あさりの場合はよく洗って、砂抜きをする。
- ②アスパラは斜め切りにする。
- ③フライパンにオリーブ油と刻みにんにくを入れて中火で熱し、香り立つきたら①のあさりと唐辛子(輪切り)を入れて軽く炒める。白ワインを加えてふたをし、口が開くまで蒸し煮にする。
- ④アスパラを加え、強火でさっと炒め合わせ、塩・黒こしょうで味をととのえる。

お好みでしょうゆを  
数滴プラスしてもおいしい!



# 季彩旬々

5月1日は八十八夜。  
立春から数えて88日目のことで、この頃を境に気候が安定してくることから、  
稻の種まきをしたり新茶の茶摘みをしたり、農作業の節目の日として  
親しまれてきました。「八十八」は末広がりの八の字が重なっていることから  
吉日として知られています。

## 【玉露】

かぶせ茶よりも長い期間覆いをすることで  
カテキンの生成を抑え、アミノ酸を豊富に  
含むお茶。渋味が少なくうま味が豊富で、  
独特の覆い香がある。



## 【煎茶】

緑茶の生産量の約80%を占め、うま味や甘み、苦渋味のバランスがよく、香りもさわやか。摘み取った茶葉を蒸して揉み乾燥させたもの。蒸す時間  
を2倍ほど長くしたものは「深蒸し茶」と呼ばれる。

## 【かぶせ茶】

新芽を育てるときに覆いをし、日光を遮って  
育てたお茶。渋味が少なく、うま味や甘みを  
多く含む。玉露よりマイルドで、苦渋味が苦手  
な方にもおすすめ。



## 【くき茶】

新芽の茎だけを選別したお茶で、ほんのりと  
した甘みがあり、さわやかで軽やか。  
かりがね  
桙茶や雁ヶ音とも呼ばれる。

## 【粉茶】

煎茶や玉露の仕上げ工程でふるいなどに  
かけて選別された細かな茶葉。鮮やかな  
緑色でキリッとした苦味がある。お寿司屋  
さんの「上がり」として知られる。



## 【番茶】

加工過程ではじかれた葉や秋冬の芽などで  
つくったお茶。地域によって加工法や名称が  
異なり、ほうじ茶、緑茶、桙茶など種類も様々。  
いずれも日常的な茶として親しまれている。



## 【ほうじ茶】

煎茶や番茶を高温で炒って香ばしく  
仕上げたもの。独特の焙煎香を持ちながら  
口当たりはマイルド。カフェイン含有量も  
少なめ。



## 【玄米茶】

炒った玄米を煎茶や番茶に混ぜたもの。  
沸騰したてのお湯で淹れると  
より芳ばしい香りが楽しめる。

おいしくお茶を淹れるときの  
ポイントは、茶葉の量、お湯の  
温度、抽出時間。茶葉は熱湯  
に近いほど苦渋味が溶出  
され、60°C以下のお湯に長く  
浸することでうま味が  
溶出されます。

### 主要産地の県別産出額 (割合)

鹿児島県	31.2%	静岡県	28.2%
三重県	8.0%	京都府	6.7%
福岡県	4.6%	埼玉県	3.3%

出典:農林水産省 令和元年生産農業所得統計より

## 八女茶

品質重視のため、ほとんど  
が二番茶までしか摘まず、  
深蒸してつくられたお茶は  
コクやうま味が強い。玉露  
の生産地としても有名。

## 宇治茶

商標登録によりブランド化  
されており、宇治茶といえば  
浅蒸し茶葉本来の香りが  
コクのある奥深い味わい。  
色は黄に近い透明。

産地で異なる  
お茶の味わい

## 狭山茶

冷涼な土地で育てた  
茶葉には深い味わい  
があり、「狭山火入」で  
じっくり仕上げるため、  
濃厚で甘みがある。

## 静岡茶

昔から県内各地でお茶の栽培が  
盛んで、産地によって味や香りが異  
なる。牧之原や掛川の特産である  
「深蒸し茶」は苦渋味が少ない。

## 伊勢茶

三重県で生産されるお茶の総  
称。伊勢茶は二番茶までしか  
摘まないため、葉に厚みがあり  
芳醇な味わいが楽しめる。

## お茶の淹れ方と温度

お湯の温度	茶葉	1杯あたりの茶葉の量 (1~2人分)	1人当たりの 湯の量	浸出時間 の目安
50~60°C	玉露	6g	20ml	2分
70°C	上煎茶	5g	60ml	1~2分
	かぶせ茶	6g	60~90ml	1分30秒
80°C	深蒸し茶	5g	60ml	30秒
	くき茶	5g	130ml	30秒~1分
80~90°C	煎茶(並)	5g	90ml	1分
	ほうじ茶	5g	130ml	30秒
	玄米茶	5g	130ml	30秒
90°C ~熱湯	粉茶	5g	130ml	15~30秒

2回目の  
浸出時間は、玉露・煎茶  
などは30秒、ほうじ茶・  
玄米茶・粉茶などは  
すぐに淹れてOK!

## お湯の温度の下げ方

ポットから湯呑にお湯を注ぐと、約10°C下がります。  
湯呑をもうひとつ用意し、お湯の入った湯呑から  
空の湯呑にお湯を移すと、5~10°C下がるとされて  
います。ポットのお湯が90°Cの場合、湯呑に注ぎ、  
4回ほど湯呑同士でお湯を行き来させれば、60°C  
以下になるというワケです。



春になり、冬芽から若草色の新芽が顔を出し、  
摘めるくらいに成長したものを一番茶といいます。

この一番茶のこと、その年の初物という意味で、  
『新茶』と呼びます。一番茶を摘んだあとに伸張し大  
芽を摘んだものが二番茶。さらに三番茶、四番茶と  
お茶の芽は摘まれます。

## 新茶とは:

焼肉、ステーキ、BBQ…  
知って損ナシ！



# 牛肉図鑑

新緑が心地よい季節になり、BBQが恋しい季節がやってまいりました！

されど、昨今の状況を鑑みて、密は避けたいところ。となれば、

おうち焼肉。厚めのお肉が好きならステーキもよいですね！

というわけで、どどーんと牛肉の部位に焦点をあててみましょう。



## 牛肉の等級とは？

牛肉には、1頭の牛からどれだけ肉がとれるかをA,B,Cで格付けした「歩留まり等級」と、サシの入り方や質、色、つや、締まりのよさなどを1~5の5段階で格付けした「肉質等級」があります。歩留まり等級は「A」が、肉質等級は「5」が最高位。つまり、「A-5」とは肉の締まりや色つやのよい肉がたくさんとれました、という最高評価をいただいたということ。

肉質等級と歩留まり等級					
霜降り度合					
歩留まり等級	高 ↓ → 低				
	A-5	A-4	A-3	A-2	A-1
	B-5	B-4	B-3	B-2	B-1
低 ↑	C-5	C-4	C-3	C-2	C-1



ちなみに味の好みは人それぞれなので「A-5の肉なら万人の口に合う」というものではありません。

## 和牛と国産牛

「和牛」とは、日本在来の牛をもとに交配や改良をした食肉専牛の種類のひとつで、「黒毛和牛」「褐毛和牛」「日本短角種」「無角和種」の総称。これら4種と、4種間の交配により生まれた牛のみが「和牛」を名乗ることができます。一方、「国産牛」は日本国内で肥育された牛のこと。外国種や輸入牛でも3ヶ月以上国内で肥育されると「国産牛」になります。



ちなみに、「交雑牛」とは和牛とホル斯坦種などの乳用牛をかけあわせた牛のこと。赤身と脂身のバランスがよく、臭みも少ないので和牛香が苦手な方にオススです！



## らんぶ

サーロインにつながるお尻の肉を「らんぶ」、脛骨のあたりのお尻の肉を「イチボ」という。らんぶは適度に脂肪が入った赤身肉で、肉質はやわらかくジューシー。イチボは適度にサシの入った弾力のある赤身で、風味が濃厚。

● らんぶはステーキ、カツ丼、ローストビーフなどに！  
● イチボは焼肉、すき焼き、しゃぶしゃぶなどに！



## 1 リブロース

胸あたりのロース肉で、霜降りになりやすい部位。きめが細かくやわらかい部位で、肉本来の旨味が楽しめる。

- ステーキ、ローストビーフなどに！
- 薄切り肉はすき焼きにぴったり♪

## 2 肩ロース

ロース肉の肩の部分で、関西では「くらし」とも呼ばれる。きめが細かくやわらかで、適度に脂肪がのっており風味がよい。肩ロースのあばら側は「サブトン」と呼ばれる希少部位で、細かなサシが入っており脂の甘みと赤身の旨味のバランスが絶妙。

- すき焼き、しゃぶしゃぶ、焼肉、ステーキなどに！

## 3 肩（ウデ）

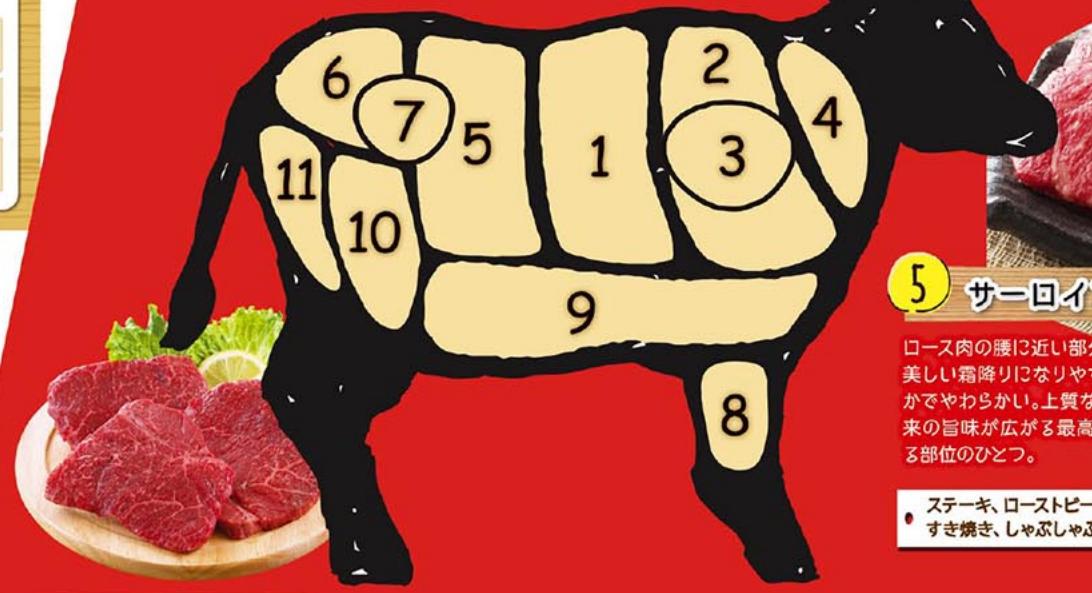
うでの部分の総称であり、ミスジ、肩サンカク、トウガラシなどの部位の集合体。よく動かす部位の方め肉質はややかためで、旨味やコラーゲンが豊富。

- カレーなどの煮込み料理、薄切りにして食べる料理全般に！

## 4 首

牛の首の部分く、ほとんどがやミンチ肉とし旨味があるの材料に最も適

- カレーやシチューなどの煮込み料理



## 7 ヒレ（ヘリ）

サーロインの内側にある脊椎あたりの肉で、ほとんど運動をしない部位のため、脂肪や筋が少なくやわらかい。くせがなく、あっさりとした味わい。関西では「ヘリ」と呼ばれることが多い。ヒレ肉の中心部は「シャトーブリアン」と呼ばれ、最上の肉といわれる。

- ステーキやビーフカツがおすすめ！



## 9 バラ

筋骨まわりの肉のことで、肩側は「かたばら」、リブロースやサーロインに接する部分は「ともばら」と呼ばれる。「かたばら」の一部にある「サンカクバラ」と呼ばれる部位は「上カルビ」としても知られる。一般的に「ばら」と呼ばれるのは「ともばら」の部分で、赤身と脂身が層になり旨味が濃い。「カルビ」として提供される。

- 牛肉はカレー・シチューなどの煮込み料理に！
- 薄切り肉は焼肉、すき焼き、牛丼など薄切りにして食べる料理全般に！

## 8 すね

手足の二の腕やふくらはぎにあたる部分。運動量が多い部位のため脂肪はほとんどなく、筋が多く肉質はかため。旨味やゼラチン質が豊富なので、じっくり煮込むとおいしいくなる。

- シチュー、カレー、ポトフ、おでんなど、煮込み料理に！

## 10 吉モ

「うちもも」と「しんじま」と呼ばれる部位があり、基本的に脂肪の少ない赤身肉となっている。肉質はやわらかく、味わいがない。「しんじま」のヒウチと呼ばれる希少部位はサシがしっかりと入っており味わいも濃厚。

- 牛肉はローストビーフやカレーなどの煮込み料理に！
- 薄切り肉は牛肉料理全般に使いやすい。



**しょくにく**

**肉**

**ular Cuts**

**スック**  
で肉質はか太赤身。こま切れで利用される。スープストック適。チューなどのに!

**フ**  
分で厚みがある。すく、きめが細やか。脂の甘みと肉本の肉質と呼ばれる。

**外もも**  
よりも運動量が多い部位のため、きめや粗く肉質はかため。しっかりとした食感なので、肉本来の旨味が楽しめる。

**旨味が豊富なので煮込み料理がおすすめ!薄切り肉はしゃぶしゃぶやスキ焼きに!)**

**A タン**  
タンは牛の舌のこと。タン元、タン先、タン下に3分けられる。舌先になるほどかたさがあり、脂肪が多くやわらかなタン元は希少部位で「上タン」として提供される。タウリンが豊富。  
・塩焼きにレモン汁が定番!塊肉ならシチューなどの煮込み料理に!!

**B ミノ**  
牛の第1胃のこと。肉厚で歯ごたえがある。厚みがある部分は「上ミノ」と呼ばれる。味は淡白で、コリコリとした歯ごたえが特徴。  
・甘めの下味をつけて焼肉にするのが定番!炒め物や湯引きにして酒肴としても!

**C 八チノス**  
牛の第2胃のこと。蜂の巣のようになり状になっている。あっさりとした味わいで、やわらかく程よい弾力がある。イタリアでは「トリッパ」と呼ばれ、トマト煮などで食されている。

**D センマイ**  
牛の第3胃のこと。千枚のひだがあるような形状をしている。脂肪は少なく、シコシコした食感とくせのない味わいが特徴。料理に使うときは下処理として、よく洗ってから水で氷水にさらして水気をふき取る。  
・焼肉はもちろん、炒め物、煮物などにも!

**E ハツ**  
牛の心臓のこと。別名で「ココロ」とも呼ばれる。脂肪が少なく、筋織維が細かくコリッとして歯切れがよい。くせがなく淡白な味わい。  
・焼肉はもちろん、炒め物や串焼きにも!

**F ギアラ**  
牛の第4胃のこと。ひだがあり赤身があるので「赤センマイ」とも呼ばれる。ほかの胃の部位よりも脂肪が多めで、味は旨味と甘みが感じられる。  
・焼肉のほか、鍋の具材にも!  
**one point**  
表面にぬめりがあるので、奥みが出るので、落としてから調理しましょう。

**G ハラミ**  
横隔膜の背中側の内側で、赤身肉のように見えるが内臓。適度に脂肪があり、肉らしい濃厚な旨味とコクをあってジューシー。  
・やっぱり焼肉!ステーキやカレーなどの煮込み料理にも!

**H サガリ**  
横隔膜の肋骨側の肉で、ハラミと同じように赤身肉のように見える希少部位。ハラミよりもやわらかく、濃厚な赤身肉のコクが楽しめる。  
・甘口タレや塩で焼肉!ステーキにするとときは生焼けに気をつけて

**I コブチャン(小腸)**  
牛の小腸のこと。成牛で約40メートルもある。小腸を裂いたものは「コテッチャン」、裂かずにつくるとひっくり返し脂が内側につくようにならうのは「マルチョウ」と呼ぶ。ぶるんとした脂肪と弾力のある歯ごたえが特徴。  
・焼肉はもちろん、もつ鍋などの煮込み料理にも!

**J シマチョウ**  
牛の大腸のこと。コブチャン(小腸)よりも太くて厚みがあり、脂肪は少なめで食感はかため。噛むほどに旨味や甘みが深くなる。  
・スープやシチューなどの煮込み料理に!下味をつけて焼肉にしてもおいしい!

**K レバー**  
牛の肝臓のこと。鉄、亜鉛、ビタミンA、ビタミンB2、ビタミンB12、葉酸などの含有量にすぐれている。独特の鉄分の風味となめらかな食感が特徴。  
・2012年7月より、生食用牛肝臓の提供や販売は禁止されています。

**L テール**  
牛の尻尾のこと。コラーゲンが多く含まれているので、じっくり加熱するとゼラチン化して旨味たっぷりのスープになる。  
・スープやシチューなどの煮込み料理に!下味をつけて焼肉にしてもおいしい!

**ホルモン**

**Beef Offal**

内臓や頭、尾、手足を切り離した「枝肉」以外の部位から取れる、食用部分のこと。

**牛肉の栄養価**

牛肉はたんぱく質が豊富で、食べ物から摂る必要のある必須アミノ酸を9種類すべて含んでいます。部位により含有量の増減はありますが、鉄、亜鉛、ビタミンB2、ナイアシン、ビタミンB6、ビタミンB12、パンテン酸などを含んだ栄養価にすぐれた食材です。

**【ビタミンB12】赤いビタミン ミャ  
【たんぱく質】たんぱくくん**

**牛肉は栄養満点だね!**

**・炊飯器でより美味しい!**

**お店みたいな焼き加減♪**

**ステーキ**

**材料 (1枚分)**

- 牛ステーキ肉 … 150~200g (厚さ2cm前後)
- 塩麹 … 大さじ1と1/2
- はちみつ … 小さじ1
- 黒こしょう(あらびき) … 適量
- バター … 10g
- 市販のステーキソース … 適量

**作り方**

- 牛肉の赤身と脂身との境に切り込みを入れ、筋を切る。  
そのまま20分ほどおき、常温に戻す。
- 牛肉に塩麹とはちみつを塗り、ラップに包んで30分ほどおく。
- その間に60~70°Cくらいの湯を沸かし、炊飯器に入れて保温モードにしておく。
- ②の塩麹をスプーンなどでぬぐい取り、密封できるジッパー付きの袋に入れ、密封させてジッパーを閉める。炊飯器に入れ、保温モードのまま15分ほどおく。
- 肉を袋から出し、水気を取り除いてから、黒こしょうをふる。
- フライパンにバターを熱し、表裏2分ほど加熱し、焼き色をつける。  
食べやすい大きさに切って器に盛り、ステーキソースをかける。

## こだわりの逸品 Satake Select

霧で育てた  
「希少トマト」の味わい

# 霧のトマト



## 霧のトマトとは？

山、川、そしてときどき霧に囲まれた、四季の彩美しい兵庫県西脇市で、とことん「霧」を使ってトマトを育てています。糖度だけでなく、酸味、濃さ、食味においてバランスが取れた元気なおいしさをみなさまにお届けしています。

※店舗により  
1パック当たりの入り数が  
異なります。ご了承くださいませ。

### 霧で育てる理由

水耕栽培とは違い、根っこだけを空中に浮かせて、細か~い霧を吸わせる新しい方法で栽培しています。この方法だと根っこが空気中に出ているので、酸素が豊富で根っこにうれしい環境になります。そして、漂う細かい霧を吸おうと細かい「根毛」がびっしり育ち、呼吸速度と生長が促進されます。また、霧にすることで水分を絞って栽培したり、霧をかけたりかけなかつたりして「水分ストレス」を与えることで糖度を上げることができます。こうして「霧のトマト」は霧に囲まれ、おいしく育つのです。

### 常に トマトファーストの環境を。

夏の過酷な暑さは、トマトにも非常に深刻なダメージを与えます。そこで温室内に「濡れない霧」を噴霧して、気化熱で温度をさげ、トマト生育に気持ちいい温湿度環境をつくります。また乾燥する時期には、湿度を一定に保つたりもします。「霧のトマト」はとことん霧に囲まれて、おいしく育つのです。



# おいしさの秘密

## 霧の「レシピ」で おいしさ引き出す。

養分を含んだ霧は、特別なスプレーノズルから発生させます。この霧は自由自在に出したり、止めたり、肥料の成分を変えたりできるため、いわば肥料と水やりのパターンが無限にできるのです。この霧の出し方の「レシピ」で、単に糖度だけが高い水っぽいトマトではなく、酸味や濃さ、食味に優れたトマトを育てることができるのです。



## 糖度と大きさを 選別して、出荷。

こうしておいしく育った「霧のトマト」は、収穫後に糖度と大きさを選別。高糖度で大きさの近いものを1つ1つまごころこめて、出荷します。





今月の  
スイーツ

# お麩ラスク

ofu-RUSK

お麩は小麦粉と水を練り合わせ、でんぶん質を何度も水で洗い流して小麦グルテンにしたものを利用した食材。大別すると生麩と焼麩がありますが、今回は味噌汁などの具材としてお馴染みの焼麩を使ってスイーツにしちゃいます！

材料  
(2人分)

- お麩(小町麩) ... 20g
- バター ... 20g
- グラニュー糖 ... 大さじ2と1/2
- 牛乳 ... 大さじ1

## 作り方

- フライパンにバター、グラニュー糖、牛乳を入れて中火にかけ、混ぜ合わせる。
- バターが溶けたら、お麩を入れ、ヘラで手早く混ぜ合わせる。
- 全体に絡んだら弱火にし、両面をこんがりと焼く。

アレンジ  
豊富！

自分流に方のしめる♪

Arrange 1

お好みで「きなこ味」や  
「シナモン味」にも♪

↑のレシピの③の工程できな粉やシナモンパウダーをプラスすればきな粉風味やシナモン風味になるので、お好みで試してみて。

きな粉  
風味

バターが全体に絡み弱火にしたら、  
大きさ2/3~大きさ1程度のきな粉を  
振りかけ、全体に味をなじませます。

シナモン  
風味

③の工程でこんがり焼けたら、  
仕上げにシナモンパウダーを軽く振りかけます。

Arrange 2

チョコで  
コーティングしても  
おいしい！

粗熱がとれた「お麩ラスク」に、湯せんで溶かしたコーティング用チョコを絡めて、冷蔵庫で冷やしたら、チョコラスクに♪



マンデー<sup>ご利用日</sup>  
クーポン 5/1

3,000円  
のお買い物でご利用に

300円券

ご利用日を確認の上、本券を必ず切り取り、  
お会計前にレジ係にお渡し下さい。

クーポン券ご利用の注意事項は裏面をご覗ください。



5,000円以上

のお買い物でご利用になれます。



4,000円以上

のお買い物でご利用になれます。



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。

5/3 月 当日限り

1,000円以上

のお買い物でご利用になります。

100円券

ご利用日を確認の上、本券を必ず切り取り、  
お会計前にレジ係にお渡し下さい。

クーポン券ご利用の注意事項は裏面をご覗ください。

## 次回予告

Satake通信  
2021.Jun 6月号



果実酒

ほっけ・ちくわ

お料理じょうずになる前の  
基本のきを覚えよう！

調味料編  
～しお～

【精製塩】  
海水を原料に電気エネルギーによつて濃縮させ、塩化ナトリウム99.5%以上にしたもの。「食塩」「食卓塩」などの名称で販売されている。

【○○の塩】  
海水を原料に水分を蒸発させたり脱水せたりしてとりだしたもの。ナトリウム以外のマグネシウムなどのミネラル成分が精製塩よりも含まれている。

【藻塩】  
粒が細かくサラサラしているので、ふり塩や漬物などに塩味が強いので、クセのある食材にも合わせやすい。

【岩塩】  
地殻変動などで陸地で化石化した海水。鉱脈や岩塩層から採掘し、精製したのち食用の塩にしたもの。アンデスやヒマラヤ山脈のものが有名。

美しい思い出  
岩塩は溶けるのに時間がかかるため、じっくり煮込む肉料理やしつかり濁け込むスペアリブの下味などに。

# 四季彩々 花ごよみ

## 本月の花 水芭蕉

水芭蕉はサトイモ科ミズバショウ属の葉で、冷涼な水辺に咲く温原植物。沖縄などの南国に自生する芭蕉(バショウ)の変形した芭(ハスモチ)で、それに包まれた円形状の花序に小さな黄色い花を咲かせます。

水芭蕉の花ことば  
尾瀬の初夏の情景を描いた「夏の思い出」という唱歌が由来。水芭蕉は尾瀬をはじめ、中部以北の清らかな水源のある水辺に咲きます。

### 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と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、差額分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、ピピっときた感覚で選ばせていただきます。今月のお題作品は7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。

**お題・おつまみ**

たくさんのご応募 ありがとうございました！

酒飲みの  
おつまみ好きな5歳の子  
ダブローさん(90歳)

みぞおどん  
妻とはじめるおばんしゃく  
ムラサメケンジさん(27歳)

ニュース見て  
イカがなものかと酒を呑む  
売れない営業マンさん(41歳)

春うれし  
菜の花黄身酢ほたるいか  
あいちゃんさん(67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  
5月15日(土) 当日消印有効

当選発表  
satake通信7月号紙面にて発表いたします。

### SAMPLE

今日の川柳お題  
スタッフ料理

※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。  
個人情報の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5月号  
応募券

**マンデークーポン**  
レシート1枚につき  
**4,000円以上**の  
お買い物でご利用になれます。  
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。■一度に複数枚の使用はできません。(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。)

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／寝屋川店  
／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 ではご使用になれません。

**マンデークーポン**  
レシート1枚につき  
**5,000円以上**の  
お買い物でご利用になれます。  
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。■一度に複数枚の使用はできません。(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。)

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／寝屋川店  
／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 ではご使用になれません。

**マンデークーポン**  
**1,000円**  
お買い物でご利用になれます。  
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。■一度に複数枚の使用はできません。(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。)

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／寝屋川店  
／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 ではご使用になれません。

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**  
**300円**  
お買い物でご利用になれます。  
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。■一度に複数枚の使用はできません。(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。)

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／寝屋川店  
／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 ではご使用になれません。