

下ごしらえ済みの食材を使って時短料理

北海道産小豆100%
小豆パワーはすごいんだ



日本では縄文時代からの、馴染み深い食材。
・ポリフェノール
・サポニン
・ビタミンB1・B2
・鉄分
・食物繊維 等
体にうれしい栄養素が、いっぱい含まれています。

北海道産大豆100% 漂白剤・保存料不使用
大豆パワーはすごいんだ



「畑のお肉」といわれるほど、たんぱく質、脂質が豊富。
・イソフラボン
・サポニン
・レシチン 等
体にうれしい栄養素が、いっぱい含まれています。
大豆の加工品も沢山あります。

すごいパワーを持っている食材を、使わないなんてもったいない!

実際に料理してみました!



<ぜんざい>
ゆであずきに砂糖・塩・水を入れて煮るだけ。あずきの下処理不要。



<大豆と生姜と豚バラの炊き込みご飯>
フライパンに豚バラと干切り生姜、大豆水煮を入れて炒めます。出し汁と醤油で味付したお米と一緒に炊き込みます。
大豆の下処理不要。



<大豆とひじき煮>
大豆、人参、ひじき、油揚げを、さっと炒めます。あとは砂糖、醤油、みりんで味付、煮込みます。大豆の下処理不要。



HP

愛媛県

メーカー名:

志賀商店

<221001>

品名	規格	賞味期間	JANコード	備考
調理菜彩ゆであずき	175g 固形140g	常温 120日	4974274200922	国産小豆(北海道産)
調理菜彩大豆水煮	180g 固形140g	常温 120日	4974274200915	国産大豆(北海道産)
サラダ用ひじき大豆水煮	120g	常温 120日	4974274201653	北海道産の大豆と、瀬戸内海産のひじきを使用した、「ひじき豆水煮」です。