

# 時短

作業時間の短縮



# 簡便品

簡単・便利  
そして手軽

## one >>>

### 味の素冷凍食品

#### 袋のままスチコンで焼餃子(野菜)焼調理済



最適な調理方法で簡単  
大量調理!!



【規格】17G/10X24\*2

冷凍 蒸す 焼く 電子レンジ

国産野菜を使用した、にんにく不使用の焼き済み餃子です。独自製法により、こんがりとした焼き目と、冷めても硬くならない皮の食感をお楽しみいただけます。袋のまま調理できます。

## two >>>

### Mizkan

#### カンタン酢

【規格】1L/12

常温

これ1本で、甘酢漬け、酢の物、お寿司、ピクルス、マリネ、肉料理など、いろいろなお酢メニューがカンタンに作れる調味酢です。砂糖、食塩などを合わせる必要がないので、誰でも簡単においしい酢メニューを作ることができます。

これ1本で  
簡単お酢料理♪



#### レシピ紹介

##### ～ 鮭とじゃがいものごま酢煮 ～

焼鮭にあきたら、こんなアレンジ! フライパンでついで作れるのもポイント。



<材料> 2人分  
甘塩鮭(切り身) 2切れ  
じゃがいも 2個  
すりごま(白) 大さじ1  
カンタン酢 1/3カップ  
塩・こしょう 少々  
みつば 適宜

- ① 鮭は2~3等分に切る。じゃがいもは皮をむき、7~8mmの半月切りにし、水に2~3分放してから水けをきる。
- ② フライパンに鮭、じゃがいもを並べ軽く塩・こしょうし、「カンタン酢」を入れ、ごまをふり入れる。最初は中火で、煮立ってきたら弱火にして7~8分ふたをして蒸し煮にする。皿に汁ごとのせ、お好みでみつばを添える。

## three >>>

### 太堀

#### Oh!dish おくらのガーリックマリネ



【規格】500G/12\*2

冷凍 自然解凍 流水解凍

彩りのよい小ぶりなオクラを使ってニンニクの風味を効かせたひと品です。個数保証の商品ではありませんが、目安として1袋に60本前後入っています。

#### Oh!dish 緑野菜のペペロンチーノ



【規格】500G/12\*2

冷凍 自然解凍 流水解凍

3種類の緑野菜に赤ピーマンを加えて彩りよく仕上げました。ニンニクの風味とチキンの旨みが効いたペペロンチーノ風の味付けが食欲を誘います。

## four >>>

### オカブズ

#### アジトマト煮(骨取)



【規格】38G/10X10\*2 58G/5X20\*2

冷凍 自然解凍 ポイル

加熱の調整が面倒な煮魚をふんわり製法で仕上げました。「和」「洋」の出会い、トマトの酸味が絶妙です。身が柔らかいため、お取り扱いには十分ご注意ください。

## five >>>

### NKR(マルハニチロ)

#### 国産いわしの味噌煮 50G



【規格】50G/20X10

冷凍

国産いわしを国内工場加工しました。骨ごと召し上がれます。

#### >>> NKR(ヤオイサンフーズ)

#### 真空野菜シューマイ(トレー入)

【規格】20G/25X6\*3

冷凍

すり身をベースに色鮮やかな野菜を入れた真空包装シューマイです。鉄・食物繊維を添加し、アレルギーから卵を排除しました。



## six >>>

### キッコーマンソイフーズ

#### スライス鳴門巻 S(1本)



紅色「の」の字が定番

【規格】150G/10X10

冷凍

なるとの「の」の字が、定番な紅色の『なると巻』を3mmスライスにしました。着色料は、「赤色3号」を使用しています。

naruto



かわいいなるとびが



天津チャーハン



なると入り中華丼

reshipi

#### 半月スライス竹輪A



和え物やうま煮  
様々なレシピで活躍!

【規格】1KG/12

冷凍

ボタン状に焼き目をつけた焼ちくわを半月3mmスライスにしました。味わい焼竹輪と同配合です。

#### レシピ紹介

##### ～ もやしと三つ葉と竹輪の和え物 ～

三つ葉と梅干しの風味が爽やかな、だし風味の惣菜。具材はまとめて茹で副菜でぐんと時短ができるのも便利なポイント



<材料> 2人分  
もやし 60g  
三つ葉 1束  
半月スライス竹輪 100g  
梅干し 3個  
白だし 大さじ1  
かつおぶし 少々

- ① 三つ葉は根元を切り落とし、3cmの長さに切る。
- ② 熱湯にもやし、竹輪を入れ、最後に三つ葉を入れてさっと茹でる。ゆで上がった後、水気をしっかり絞る。
- ③ 梅干しは種をとり、包丁でたたく。
- ④ 2と3と白だしを入れ、混ぜ合わせる。
- ⑤ 器に盛り、かつおぶしをかけて完成。