

FRUX通信 10月号

節分

豆をまいて福を寄せ、鬼を退治する「節分」。一年の健康と幸せを願って行われる伝統行事の一つです。平安時代の追儺式に由来し、豆まきをして邪気を追い払います。

豆まきでまいた豆を食べるのは、「福を取り込んで、1年間健康に過ごせるように」という願いが込められています。

かき揚げ

大豆とひじきのかき揚げ



想定売価：128円

キット内容

玉葱、人参、大豆、ひじき煮

調理工程

1. 具材をボウルに入れ、しっかり混ぜる
2. 粉を200g入れ、水を200g入れる
3. 170℃で2分油調する
表1分、裏1分

取り数 10～12食取



商品説明

ひじき煮と大豆を混ぜ合わせたそのまま食べておいしいかき揚げです。大豆を使用していますので、「節分の日」の1品としていかがでしょうか。

真空調理品

キット内容

彩り豆ご飯の素
茶めしのたれ

調理工程

1. 白ご飯1kg、彩り豆ご飯の素と茶めしのたれを用意する
2. 白ご飯にそばつゆを混ぜる
3. 豆ご飯の素を混ぜ込む
4. トレイに盛り付け、蓋をして完成

取り数 6 PC取

商品説明

大豆・枝豆・レッドキドニーの3種類の豆を使用した豆ご飯です。たっぷりの豆でほっこりとするご飯に仕上がりました。

1pc召し上がって頂くと、1日分の豆の摂取目標量を約半分補うことができます。健康日本21計画で豆類の1日摂取目標量は76g～100gです。

彩り豆ご飯



想定売価：198円

冷凍

菜の花とコーンのかき揚げ



味の
大和路

味付け
たけのこ



冷凍

味付けたけのこ天ぷら

商品規格：約90g/個

使用食材：玉葱、コーン、菜の花、人参

商品入数：36個/箱

保存方法：-18℃以下

賞味期限：365日間

製造者：株式会社 味の和路

商品説明

170℃の油で1分、裏返しをして30秒で調理することができます。菜の花とコーンをふんだんに使用することで、春のかき揚げに仕上がります。

商品規格：银杏切り 600g

穂先切り 200g

商品入数：800g×6pc/箱

保存方法：-18℃以下

賞味期限：365日間

製造者：株式会社 味の和路

商品説明

170℃の油で、银杏1分30秒、穂先を1分加熱するだけで、手間のかかる味付けたけのこを簡単オペレーションで販売することができます。春先にぴったりの商品になっております。

FRUX通信 10月号

エスニック料理

独自のハーブやスパイス、調味料を使い、
その地域の文化とともに発展してきた料理のことを指します。
日本では、東南アジアで生まれた料理を「エスニック料理」と呼んでいます。



キット
スナック

エスニック風塩焼きそば



想定売価：398円

キット内容

焼きそば、レッドオニオン、紅海老、パクチー、
キャベツ、玉葱、海鮮塩だれ、
レモン&ナンプラーソース

調理工程

1. 焼成BOXで焼きそば、玉葱、キャベツを
コンビ180度で5分焼く
2. レッドオニオンを10秒油調する
3. 紅海老、パクチーを分けて1秒油調する
4. 焼成BOXに海鮮塩だれ・レモン&ナンプラー
ソースを入れて混ぜる
5. 4をトレイに盛り付ける
6. パクチー、紅海老、レッドオニオンをトッピングする

取り数 8食取

商品説明

なじみのある塩焼きそばに、小袋のレモン
& ナンプラーソースを足すことで食べやす
いエスニックメニューに仕上げました。
焼きそばを使用することで、フォーで作る
パッタイよりも、もちもちとした食感をお楽
しみ頂けます。



キット内容

玉葱、豚肉、トマト、ドライトマト、たまご、
中華あん

調理工程

1. スチーム10分でたまご、たれ、豚肉温める
2. 玉葱を20秒油調する
3. トマトを10秒油調する
4. ご飯200gをもちつける
5. 玉ねぎ⇒豚肉⇒たまご⇒トマトの順番に
盛り付ける
6. 中華あんをかけ、完成

取り数 6食取

商品説明

トマトは、夏だけの食べ物では
ありません！

冬にもお勧めです！

トマトのもつ栄養価と旨味を

楽しみましょう🍅🍅🍅

キット
米飯

トマ玉丼



想定売価：398円
~498円

キット
温惣菜

イワシの生姜あんかけ



想定売価：258円

キット内容

人参、玉葱、蓮根、生姜あんのたれ

調理工程

1. 170℃で人参、玉葱を10秒、蓮根を15
秒油調する
2. イワシを油調する
3. 1と2をあん混ぜ合わせて、盛り付ける
4. 葱をトッピングする

取り数 8食取

商品説明

節分にぴったりのイワシの惣菜です。
生姜あんかけでイワシが苦手な方にも食
べやすく仕上げました。

△イワシ、青葱はセット外です。