

FRUX通信 4月号

～ お盆 ～

お盆とは、盂蘭盆経という仏教のお経の名前が由来といわれており、先祖の精霊をお迎えして供養する期間のことを指すそうです。お供え物としては、ナスとキュウリを飾る地域が多いといわれています。また、夏野菜や果物の収穫時期であったことから、収穫を祝い、感謝する意味もあつたと考えられています。

つまみ揚げ

夏越つまみ揚げ 夏野菜つまみ揚げ



想定売価：158円/g
252円/約160g(6個)

キット内容

玉葱、オクラ、赤パプリカ、コーン、
生姜、紅海老

調理工程

1. ボールに具材を入れ混ぜる
2. 天ぷら粉250g、水200g 入れる
3. よく混ぜ合わせる
4. 170℃2分油調する



商品説明

6月30日は「夏越ごはんの日」で、雑穀ごはんの上に夏野菜を使った茅の輪をイメージした丸い食材をのせて残り半年の無病息災を願い食べる行事食です。茅の輪をイメージした緑色、邪気を払う赤色、百邪を防ぐといわれる生姜をきかせるのが夏越ごはんの定義になっています。今回はつまみ揚げで手軽に召し上がっていただけます。

米飯

キット内容

キャベツ、玉葱、茄子、人参、チキン、
たれ(自社製造)

調理工程

1. スチーム96℃5分でたれを温める
2. キャベツ、玉葱、人参を約20秒、チキンと茄子を約1分それぞれ油調する
3. キャベツ、玉葱、人参に1/2量のたれ、茄子とチキンに1/2量のたれを合わせる
4. 容器にそれぞれ盛付ける

取り数

6取

商品説明

自社製造のたれを使用した商品です。さっぱりさをイメージする柑橘と、夏らしさをイメージする大根おろしを使用したたれです。チキンに絡めても味がしっかりと残るので満足感もある一品です。夏商品の提案としていかがでしょうか。

鶏と茄子の柑橘おろし丼



想定売価：498円

冷凍

ヤングコーンのせかき揚げ



冷凍商品 のご紹介

味の
大和路

オクラと紅生姜の天ぷら



冷凍

商品規格：80g

使用食材：玉葱、人参、南瓜、インゲン、
赤パプリカ、ヤングコーン

商品入数：80g×36個/箱

保存方法：要冷凍-18℃以下

賞味期限：365日間(製造日を含む)

製造者：株式会社 味の和和路

商品説明

夏野菜を使用したかき揚げに
ごろごろとしたヤングコーンをトッピング
しました。彩りも良く、野菜をふんだんに味わえ
ます！

商品規格：1kg

使用食材：オクラ、紅生姜

商品入数：1kg×6pc

保存方法：要冷凍-18℃以下

賞味期限：365日間

製造者：株式会社 味の和和路

商品説明

夏にぴったりなオクラと色味がきれいな
天ぷらをセットにしました。
さっぱりと食べられる野菜天ぷらです。
色味も綺麗な商品です。

～ 8月18日は「健康食育の日」～

健康で元気な人を増やすことを目指す一般社団法人日本健康食育協会が制定し、食の大切さを伝える食育活動普及させるために制定されているそうです。

8月18日で八十八＝米という漢字になることが由来だそうです。暑さで食欲が減退しやすい夏こそ、この時期ならではの食材を食べて、しっかりと栄養を補給しましょう。

栄養素が詰まった夏野菜は、夏バテ対策にも効果がある食材です。夏に起こりやすい病気や症状から体を守ってくれます。



キット
スナック

ニラ辛肉味噌の担々混ぜ麺



キット内容

L麺太麺焼きそば、太もやし、ニラ、タカノツメ、**ニラ辛肉味噌(自社製造)**

調理工程

1. 焼きそばをスチコンのコンビモードで5分加熱する
2. ニラ辛肉味噌をスチーム5分で温める
3. もやしとニラを5～10秒油調する
4. 麺をトレイに盛り付ける
5. 麺の上にもやしとニラを円形に盛付け、肉味噌も真ん中に盛付ける
6. 温泉卵を肉味噌の真ん中にトッピングし、タカノツメを散らして完成

取り数 8取

商品説明

暑い時期にも食欲をそそる、ニラ唐肉味噌を麺の上に盛り付けたスナックメニューです。本格的な辛さが後尾引く混ぜ麺に仕上がっています。温泉卵を絡めて、お召し上がりください。

タレ使用の商品例

「南瓜のそぼろあんかけ」



調理工程

1. 南瓜は流水解凍し、和風あんはスチコンで温める
2. トレーに盛り付ける

商品説明

そぼろ状の大豆ミートを使用した和風そぼろあんです。

大豆特有の「ヘキサナル」をしっかりとマスキングしたので、優しい出汁の味で仕上げた和風あんでも、おいしく召し上がっていただけます。

大豆ミートを使用した商品は、スパイシー・アジア系の味付けの商品が多い傾向にあります。まずは日本人のなじみのある和風の味付けでプラントベースフードの商品作りに挑戦されてみてはいかがでしょうか。

たれ

大豆ミート入り和風あん



キット
温惣菜

チキンとオクラの黒胡椒炒め



想定売価：258円/g
412円/約160g

キット内容

オクラ、玉葱、チキン、コーン、鷹の爪、黒胡椒だれ

調理工程

1. スチームコンベクション100℃10分たれを温める
2. チキン1分、オクラ、玉葱15秒、コーン10秒油調する
3. ボールで1.2のコーン、オクラ以外を混ぜ合わせ、オクラを軽く混ぜ盛り付ける
4. コーン、鷹の爪をトッピング

取り数 量り売り

商品説明

黒胡椒を効かせたスパイシーなたれを使用し、その上に鷹の爪をトッピングしています。オクラやコーンで夏を感じられるおつまみにぴったりな商品になっています。