

私たちの厨房風景

私のおすすめお惣菜



私のお勧めしたい一品は「目に鮮やか、心に優しい。自慢の厚焼き玉子」です。薄く広げた卵液を、手間ひまかけて丁寧に巻き上げました。食卓にパッと花が咲くような美しい黄色が映え、ひな祭りのちらし寿司も一層華やかに。

こだわりの調味料による優しい甘さは、お弁当や手巻き寿司にも最適です。小ぶりな1本丸ごとお届けするので、お好みの厚さで贅沢にどうぞお召し上がりください。

(山澤)

お問合せ・ご感想のコーナー

いつもおいしく健康的なお惣菜をありがとうございます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

長野県 Y様

単品商品は、最短で同梱可能な食養御膳に同梱ください。

東京都 S様

LINE登録のご案内ありがとうございました。パソコンやスマホに不慣れで億劫でしたが、どうにか登録できました。今度は簡単におこんだてや人気お惣菜を確認できるようになったので嬉しく思っています。

LINEが届くのを楽しみにしています。 東京都 Y様

～食養御膳・食養御膳L～ 2月1週お届けメニューより



「副菜」 「野菜の しらす和え」



「主菜」 「さば味噌煮 野菜添え」



脂の乗ったさばの味噌煮は、タレを煮詰め旨味を凝縮させた自慢の一品。添え野菜や、根菜としらすを米油で和えた副菜と共にどうぞ。素材を活かしたさっぱり味で、どこか懐かしさを感じる栄養満点の和風セットです。

野菜の しらす和え



れんこんはシャキシャキ感が楽しめるように程よい厚さに切ります。



大根、れんこん、ごぼう、しらすは蒸して火を通しておきます。



茹でてアクを抜いたほうれん草を加え手作りドレッシングで仕上げます。

さばの味噌煮 野菜添え



さばは1切れ1切れ丁寧に水分をふき取り、綺麗に並べます。生姜をのせ、仕込んでおいた味噌だれをかけてじっくり煮込みます。



添えのごぼうと人参は切りそろえ、蒸しておきます。



根菜とさばの味噌煮を静かに入れ、煮詰めたたれをもう一度加えることでコクを生かします。