

ごはんのお供・漬物の素



商品番号 **109**
 エーコープ
 三陸産 カットわかめ
 20g **463円** (税込)

殿堂
 入り
 肉厚のわかめを
 食べやすいように
 カットしています。



商品番号 **110**
 エーコープ
 とろろ昆布
 25g×2袋 **494円** (税込)

国内産昆布をついて削いで
 仕上げた香り高い昆布です。



商品番号 **111**
 エーコープ
 釧路産 早煮昆布
 40g **506円** (税込)

北海道で最盛期に
 採取した昆布です。
 早煮タイプで
 煮物に最適です。



商品番号 **112**
 エーコープ
 米こうじ
 300g **453円** (税込)

米粒粒を丁寧に
 麹にしました。



商品番号 **113**
 エーコープ
 ごまあえの素
 50g **203円** (税込)

国産十六穀穀パウダーを配
 合した、化学調味料・着色料
 不使用の、まろやかな素です。
 和え物や炒め物、サラダなど
 にご使いたす。



商品番号 **114**
 エーコープ
 手作りつくだ煮
 100g **463円** (税込)

まぜ合わせるだけ。
 簡単につくだ煮が
 作れます。

「A手作りつくだ煮」を使って作る 『ほうれん草のつくだ煮和え』

【材料】(4人分)
 ほうれん草…………… 1/2束
 A手作りつくだ煮…………… 20~30g (お好みの量)
 ◆下準備
 A手作りつくだ煮:各素材を混ぜ合わせてお
 きます。



【作り方】
 ①鍋にお湯を沸騰させ、ひとつまみの塩を入
 れ、ほうれん草を茹でます。
 ②茹であがったほうれん草の水気を絞り、5cm幅に切っておきます。
 ③ボウルにほうれん草、A手作りつくだ煮を入れ、和えたら完成です。



商品番号 **115**
 エーコープ
 塩こうじパウダー
 72g (12g×6袋) **280円** (税込)

活きた米こうじ
 の酵素の力で
 食材の旨味を
 引き出します。

「A塩こうじパウダー」「A米こうじの甘酒」を使って作る 『冷やし担々うどん』

【材料】(2人分)
 うどん…………… 2玉
 豚ひき肉…………… 100g
 チンゲン菜…………… 1束
 豆板豆腐…………… 小さじ1と1/2
 料理酒…………… 大さじ2
 A塩こうじパウダー…………… 小袋1袋
 ごま油…………… 大さじ1
 【スープ】
 すりごま…………… 大さじ2
 白みそ…………… 大さじ2



A米こうじの甘酒…………… 250mL
 鶏ガラスープの素…………… 小さじ1と1/2
 無調整豆乳…………… 200mL
 ラー油…………… お好み

【作り方】
 ①フライパンにごま油をひいてひき肉を炒め、ざく切
 りにしたチンゲン菜を加えてさらに炒めて火を通し、豆
 板豆腐と酒、A塩こうじパウダーを加え水分がある程度
 とぶまで炒めます。
 ②【スープ】の材料を鍋に入れ、沸騰しない程度に加熱し
 て味噌を溶かしたら冷蔵庫で冷やします。
 ③鍋に湯を沸かし、うどんを規定時間茹でて流水で冷や
 します。
 ④器に麺を入れて①をのせ、②を注ぎます。お好みで
 ラー油をかけたら完成です。



商品番号 **116**
 エーコープ
 炊飯器で
 赤飯おこわ 2合用
 380g **537円** (税込)

炊きたてのお赤飯が
 簡単にできます！
 炊きたての赤飯が
 簡単にできます！



商品番号 **117**
 国内産 もち麦
 800g **583円** (税込)

※パッケージが変更になる可能性があります。



商品番号 **118**
 国内産 もち麦
 (押し麦タイプ)
 800g **594円** (税込)

※パッケージが変更になる可能性があります。

健米120g=白米140g
 同じ炊きあがり量です
 玄米を超高水圧加工す
 ることで、炊きやすく、
 調理しやすく、美味しく
 なっています！白米に
 混ぜて炊けるため、簡
 単に日々の食事に取り
 入れることができます！

商品番号 **119**
 健米 1kg
2,297円 (税込)

同じ量を
 食べても
 白米よりも
 満足度◎で
 食物繊維も
 たっぶり！



商品番号 **120**
 明太子なめ茸
 140g **520円** (税込)

信州名物なめ茸を使用した
 ご飯のお供です。
 バスタや卵焼きの具にも
 お勧めです。



商品番号 **121**
 青唐みそ
 120g **520円** (税込)

青唐辛子の辛みと風味が
 人気です。



商品番号 **122**
 エーコープ
 熟成ぬか床
 1kg **648円** (税込)

季節の野菜、お肉、お魚など
 バックをあけてすぐに漬けられます。



商品番号 **123**
 エーコープ
 きゅうり漬の素
 (ごましょうゆ味)
 150g (25g×6袋) **518円** (税込)

きゅうり漬が手軽に
 できます。
 ごまと生薬の香りが
 食欲をそそります。



商品番号 **124**
 エーコープ
 きゅうり漬の素
 (さっぱり塩味)
 75g (15g×5袋) **334円** (税込)

爽やかな酸味が特徴の
 さっぱり味のきゅうり漬
 の素です。
 きゅうりの1本漬にも
 最適です。



商品番号 **125**
 エーコープ
 キムチ漬の素
 75g (15g×5袋) **345円** (税込)

刻んだ野菜にまぜる
 だけでおいしく
 キムチ漬ができます。



商品番号 **126**
 エーコープ
 なす漬の素 240g (30g×8袋)
518円 (税込)

風味豊かな
 色合いがきれいな
 なす漬が、
 簡単にできます。



商品番号 **127**
 エーコープ
 桜しば漬の素 75g (15g×5袋)
345円 (税込)

国産しそを使用した
 着付け不使用の
 しは漬の素です。



商品番号 **128**
 ベジレンド
 あっさり漬の素
 420g (30g×14袋)
772円 (税込)

野菜を刻んで手軽に
 さっと漬けられます。



商品番号 **129**
 ベジレンド
 あっさり漬の素 しおこんぶ味
 39g (13g×3袋) **162円** (税込)

うま味が引き立つ乾燥こ
 んぶと昆布エキスを配合
 しています。こんぶの旨味
 が野菜の美味しさを引き
 立てます。



商品番号 **130**
 ベジレンド
 あっさりゆず漬の素
 60g (20g×3袋) **199円** (税込)

国産の天然ゆず皮入り
 でさわやかな香りの
 ゆず漬ができます。



商品番号 **131**
 ベジレンド
 旨しおキャベツの素
 33g (11g×3袋) **165円** (税込)

昆布の旨みが引き立つ
 ごま油とカサリツツの
 香りが食欲をそそませ
 ます。



商品番号 **132**
 ベジレンド
 厚生塩 1kg×5袋
1,593円 (税込)

漬物料理・味噌作りなどに
 最適です。