



五感食楽手作り惣菜をご注文くださった方へ

この度はご注文ありがとうございます。「小腹が空いたな」「いつものおかずに変化をつけたいわ」「あと一品あると便利だな」というお声をご参考に、五感食楽が美味しいと思えるおかずや調味料を作りました。皆様の日々の食卓にお役に立てたら嬉しいです。

●野菜たっぷり季節の食べるスープ



今月は、「具沢山野菜」です。
まるで温かなサラダを食べているような感覚。
熱々をスプーンですくってたっぷりのお野菜を召し上がって
ください。
(※写真はイメージです。)

●牛肉と柑橘の煮麺（2食分）



小鍋に出汁を注いでおきます。別の鍋にたっぷりの熱湯を用意し、牛肉を袋ごと入れ、同時に素麺を同じ鍋で2分茹で、しっかり水洗いして水気をギュッと絞り、出汁が入った小鍋に入れて火にかけます。沸騰したら出汁と素麺をお椀に注ぎ入れ、牛肉を乗せ、小松菜を乗せ、柑橘を半分に切って絞りお召し上がりください。無農薬のカボス（少し黒い部分あり）をお入れしています。

●こんがりさん（ちりめん山椒濃口）



広島のお本醤油の3年仕込み醤油と日本酒だけで作りました。
硬めの質感が噛みしめるごとに味わい深くなりご飯が進みます。
白ごはんの上にたっぷりまぶしてお召し上がりください。

●雲白肉



画像は2人分です。

京丹波町のもぎたてきゅうり、スパイスの効いたたれと一緒に送ります。ほんの少しだけ、お肉を柔らかくするためにレンジで温めたり、湯煎2分を目安に加熱してくださるとジューシーにお召し上がりいただけますが、冷えたものもまた違う美味しさです。お皿にきゅうりを盛り付け、上から豚肉を乗せてたっぷりタレをかけてお召し上がりください。（写真は見えやすいように豚肉が下ですが）タレでキュウリがしんなりしたところを、豚肉でくるりと巻いて食べると最高です。

●生麩のかやくごはんの素 2合分



2合（315g）の白米を洗い、30分吸水させます。

水気を切り、炊飯器や土鍋に入れてご飯の素を全て注ぎいれます。

炊けたら蓋を開け、生麩を加えてよく混ぜ、蓋をしてさらに2分ほど置いてからお茶碗に盛り付けてください。