

商品紹介



- ★野菜・果実は100%国内産有機
- ★調味料・香辛料にも深いこだわり
- ★食品添加物も酵母エキスも不使用

ウスターソース

国内産有機栽培の玉ねぎ・トマト・みかん・にんにく・人参の持つ本来の甘みをいかしたウスターソースです。

【原材料名】有機野菜・果実(たまねぎ、トマト、みかん、その他)、醸造酢(米酢)、砂糖、食塩、香辛料



360ml
10202(ヒカリ)
368円(税込価格)
350円(本体価格)



900ml
10201(ヒカリ)
704円(税込価格)
670円(本体価格)

中濃ソース

国内産有機野菜・果実の持つ本来の甘味を生かし、香辛料を効かせた、少し辛口の中濃ソースです。

【原材料名】有機野菜・果実(たまねぎ、みかん、にんにく、その他)、醸造酢(米酢)、砂糖、食塩、でんぷん、香辛料



360ml
10197(ヒカリ)
368円(税込価格)
350円(本体価格)

濃厚ソース

国内産有機栽培の玉ねぎ・人参・みかん・にんにく・トマト・レモンの持つ本来の甘みを生かした濃厚ソースです。

【原材料名】有機野菜・果実(たまねぎ、にんにく、みかん、その他)、醸造酢(米酢)、砂糖、食塩、でんぷん、香辛料



360ml
10206(ヒカリ)
368円(税込価格)
350円(本体価格)



900ml
10205(ヒカリ)
704円(税込価格)
670円(本体価格)

有機野菜・果実の甘味を生かしたソース

光食品の品を使って マクロビオティック・パーティーメニュー

車麩としめじの当座煮

■材料(約6人分)

しめじ…200g、トマト大…1個、白ねぎ…1本、唐辛子…1本、柚子…適量、車麩…3枚、A(水200cc、醤油大さじ1)、小麦粉…適量、揚げ油…適量、B(だし汁150cc、赤ワイン50cc、**オイスターソース**大さじ1と1/2、醤油小さじ1と1/2)、サラダ菜…12枚

■作り方

- ①しめじは石づきをとり、ほぐしておく。トマトはスライスし、白ねぎは3cm程度の長さに切る。唐辛子は種を抜いて千切りにし、水につける。柚子は薄く皮をむき千切りにする。
- ②Aに車麩を浸し、柔らかくなったら8等分する。軽く汁気を絞り、戻し汁と小麦粉で作った衣をつけ、油できつね色に揚げる。
- ③Bを合わせて火にかけ、煮立ったら①のしめじを入れて煮込み、②を加える。中火で汁気がなくなる直前まで、焦げないように混ぜながら煮詰める。
- ④①の白ねぎにフライパンで焼き目をつけ、火を通しておく。
- ⑤サラダ菜とトマトを敷き、③と④を盛り付け、①の唐辛子と柚子を飾る。

オイスターソースが隠し味



フルーツポンチ

■材料

りんご…1/2個、夏みかん…1/2個、干しプルーン…3個、レモン…1/2個、とろろてん…100g、白玉粉…50g、抹茶…小さじ1、**レモンサイダー**…1缶、ブルーベリー(冷凍)…60g、ミント…適量

■作り方

- ①りんごはいちょう切り、夏みかんは皮をむき食べやすく割っておく。プルーンは水につけ、半分~1/4個に切る。レモンは飾り用に3枚を輪切りにし、残りを絞る。
- ②とろろてんは水洗いしてザルに上げ、適当に切る。
- ③白玉粉に水と抹茶を加え、練って丸める。湯がいた後、水に取る。
- ④レモンサイダーにレモン汁を入れ、具を彩りよく盛り付け、仕上げにミントを飾る。



レモンサイダーは仕上げに

(レシピ&画像提供: 正食協会)