

今月のFACE 生産者紹介

道南伝統食品協同組合

北海道函館市大船町

南茅部の海の恵み「真昆布」

昆布の主な産地は北海道です。特に高級品として知られる順に並べると、真昆布、羅臼昆布、利尻昆布、日高昆布(三石昆布)、長昆布となります。

真昆布は主に津軽海峡から噴火湾沿岸で採れる道南産の昆布。中でも南茅部地方(現在は函館市)に産する「白口浜真昆布」は最高級の品質で知られ、蝦夷・松前藩の時代から宮廷や幕府に献上されていました。北前船で大阪へ運ばれた真昆布は、大阪のだし文化を支えてきた立役者です。

道南伝統食品協同組合は、南茅部の漁業者・加工業者が中心となって1991年に立ち上げた組合です。その看板ともいべき天然真昆布の不漁が7年続き、水揚げ量は1/100ほどに激減しました。希少品となった「函館黒口浜産・天然真昆布」は在庫なくなり限り終了予定。“だしや昆布締めは真昆布でなければ”という方のために、1年養殖物の「北海道函館産・真昆布」も販売しています。



家庭用の万能昆布「日高昆布」

いっぽう、家庭用の万能昆布として親しまれているのが、太平洋側の日高沿岸で採れる日高昆布です。早く煮えて非常に柔らかくなるので、昆布巻き、おでんの具、煮物などに最適です。だし昆布としてはコクのあるだしが取れますから、家庭料理に惜しみなく使えます。煮崩れしにくいので、だし取り後の昆布を煮たり、佃煮にしたり…家計にもやさしいのです。

道南伝統食品の「日高昆布」は、日高地方の荒磯から収穫された天然物です。資源確保のため、漁期は7月から9月末頃まで。湾に守られ波おだやかな道南と違って、太平洋の波は荒いですが、「日高の漁師さんは時化(しけ)の日でも、戻ってから天日干しできそうな空模様なら、果敢に船を出します」と道南伝統食品の成田幸大さん。漁師と家族2~3人が乗り込んだ小船が競って漁場へ向かいます。揺れる船から身を乗り出し、マッカと呼ばれる二股の長い竿で海中の昆布を絡め取る昆布漁は、海の男の“力と技”の見せ所です。

採った昆布は船から陸に揚げて、家族総出で天日干しにかかります。雨などで干し上がらないときは室内乾燥で補います。干し上がった昆布を一枚一枚のし、形をととのえて

出荷するまでが漁師の仕事。組合はそれを買って商品化します。

昆布を毎日の食卓に

「不溶性食物繊維が豊富な昆布は、日本伝統の健康食材。だしを取るだけでなく、昆布そのものも毎日食べていただきたいです」と成田さん。

地元の漁師のお母さんたちは、煮魚などの落とし蓋の代わりに昆布で蓋をして煮るそうです。「魚の臭みも取れて、ニシンなどの青魚やカレイや地の魚などには好相性。昆布にも魚の味が染みておいしくなります。昆布が豊富な産地ならではの料理です」とのこと。ぜひお試しください。

昆布の種類

- 真昆布…昆布の最高級品。だし汁は上品で透き通り、独特の甘味があります。大阪ではこの味が好まれ、だし昆布といえば大抵この真昆布を用います。
- 羅臼昆布(オニコブ)…真昆布と並ぶ昆布の最高級品。濃厚な味のため、関東地方ではだし昆布としてこの羅臼昆布が好まれます。
- 利尻昆布…真昆布や羅臼昆布に次ぐ高級品で、味は前者より薄いが澄んでおり、やや塩気のある上品なだしが取れます。そのため懐石料理で重宝され、とりわけ京料理には欠かせません。
- 日高昆布(三石昆布)…太平洋岸・日高地方で採れます。早く煮え、非常に柔らかくなるので、昆布巻、佃煮、おでん種など昆布そのものを食べる料理に適します。

道南伝統食品協同組合の昆布を次のページで紹介します ➡





おいしさと 栄養を丸ごと 食べる昆布

昆布巻き、煮物に

日高地方の荒磯から収穫された天然の日高昆布です。早く煮えて非常に柔らかくなるので、昆布巻き、おでんの具、煮物などに最適。だし昆布としてはコクのあるだしが取れます。

22274 〈道南〉

日高昆布

〈80g〉

864円

(税込価格)

800円

(本体価格)

○原材料：
みつし昆布
(北海道日高産)



産地おすすめの食べ方

昆布巻き、おでんの具



(画像提供:正食協会)

サラダ、煮物に

北海道産のやわらかな真昆布を湯通しし、すだれ干しにしました。水で戻すと12倍~14倍(重量)に膨らみます。戻してサラダ、そのまま煮物など幅広くご利用いただけます。

22202 〈道南〉

やわらか サラダ昆布

〈2枚〉

411円

(税込価格)

380円

(本体価格)

○原材料：
真昆布
(北海道産)



産地おすすめの食べ方

水戻して三杯酢かドレッシング、
そのまま豚バラと炒め煮



隠し味、お吸い物に

最高級品の銘柄である北海道函館市「白口浜」の真昆布を使用。根昆布粉末30%入。ふだんの料理に深みをプラス。毎日の料理の味が新しくなります。

22253 〈道南〉

根昆布入昆布粉末

〈50g〉

540円

(税込価格)

500円

(本体価格)

○原材料：
真昆布
(北海道函館市産)



産地おすすめの食べ方

炒り卵の隠し味(卵2個、昆布粉末小さじ1、水
小さじ2、薄口醤油少々)、昆布バター(常温に戻
した無塩バター 40gに昆布粉末10gを混ぜる)



麺類、おむすびに

北海道道南地区の「函館産真昆布」と「がごめ昆布」を京都・飯尾醸造製の富士酢に浸し、ゆっくり熟成させ、1枚1枚丁寧に削りだしたとろろ昆布です。

22244 〈道南〉

函館産とろろ昆布 (富士酢使用)

〈25g〉

411円

(税込価格)

380円

(本体価格)

○原材料：
真昆布
(北海道函館産)、
がごめ昆布
(北海道函館産)、米酢



産地おすすめの食べ方

おでんや汁物のトッピング、
混ぜ込みおむすび



奥深い旨み だし昆布

希少な 天然真昆布

22208 〈道南〉

函館黒口浜産・ 天然真昆布

〈80g〉

735円

(税込価格)

680円

(本体価格)

○原材料：
真昆布(北海道函館産)
※在庫なくなり次第
終了となります。



お徳用の 養殖真昆布

22221 〈道南〉

北海道函館産・ 真昆布

〈150g〉

929円

(税込価格)

860円

(本体価格)

○原材料：
真昆布(北海道函館産)



濃厚な風味

22227 〈ムソー〉

羅臼昆布・ 切りおとし

〈100g〉

940円

(税込価格)

870円

(本体価格)

○原材料：
昆布(北海道産)



澄んだ 透明なだし

22196 〈日本海物産〉

北海道産・ 天然 利尻昆布

〈60g〉

918円

(税込価格)

850円

(本体価格)

○原材料：
昆布(利尻産)



2021 MUSO Christmas Party Selection

大切なひとと楽しむ冬のしあわせ。
体にやさしく、おいしい
クリスマスをお届け。

限定販売
ご予約
受付中

◎ご注文締切日…12月1日(水)

注文番号 7 (フジモト)

生チョコレートケーキ 冷凍

2,700円(税込価格) 2,500円(本体価格)

デコレーションをリニューアル。また、味を改良し、少し甘めに。オーガニックのチョコレート、ココアパウダーを使用した濃厚なチョコレートロールケーキです。〈長さ約16cm〉



注文番号 16 (おへそ)

秋川鶏の 自家製BBQソースピザ 冷凍 New

1,404円(税込価格) 1,300円(本体価格)

手延べした生地に秋川牧園の鶏肉と自家製バーベキューソース、よつ葉乳業のチーズをトッピングし、オーブンで焼き上げました。甘みのあるソースでお子様でも食べやすいピザです。〈1枚(約22cm)〉



7480 〈さんさんベーカリー〉

シュトーレン

〈1個〉

2,376円(税込価格) 2,200円(本体価格)



かわいい紙包装にリニューアル。北海道産小麦と天然酵母で作った生地に、有機のナッツとフルーツ、国産バターたっぷり練り込んだシュトーレンです。スライスして少しずつお召し上がりください。

7614 〈マース〉

益城(ましき)

〈ナチュラルチーズ〉 冷凍 New

〈100g〉

864円
(税込価格)

800円
(本体価格)



地元熊本でフリーストール方式の飼育と搾乳ロボットを使用している牛に優しい牧場「石坂ファーム」の生乳と、「天草の塩」だけを使い、6ヵ月以上熟成させたコクのあるチーズ。オードブルにぴったりです。

ご注文は、別紙「クリスマスシーズンアイテム注文書」をご利用ください。

令和四年 ムソーのお正月

美味しさと健康と
“想い”を詰め込みました

限定販売

ご予約
受付中

◎消費者様ご注文締切日…12月7日(火)

◎得意先様ご注文締切日…12月8日(水)

おせち

注文番号 5 (ムソー)

おせち料理

「春」セット

冷蔵

12,960円(税込価格) 12,000円(本体価格)

おせちの定番品や有機野菜のお煮しめなど、
少人数向けのセットです。

〈14品目(2~3人前)〉

※お届け形態:
袋・トレイ詰め

送料込



注文番号 6 (ムソー)

おせち料理

「華」セット

冷蔵

6,912円(税込価格)

6,400円(本体価格)

蒲鉾・黒煮豆・田作り・きんとんなど、
おせち料理の定番品を中心としたセットです。

〈10品目〉

※お届け形態:袋・トレイ詰め



◎担当・加藤より 今年から「春」セットと「華」
セットのお届け紙箱を、鏡餅や羽子板や絵馬
など可愛いイラスト入りに変更しました。お
めでたい印象で、お遣い物にもぴったりです。



注文番号063 (ムソー)

鯖(さわら)の柚庵焼き棒寿司

冷凍

New

1,782円(税込価格) 1,650円(本体価格)

脂ののった国産の鯖を柚庵焼きに仕上げました。
柚子皮を使用し、柚子の風味豊かな一品です。

〈1本(8貫)〉

◎担当・加藤より 毎年人気の冷凍棒寿司に新しい味
が加わりました。酢飯のお米は、北海道産の特別栽培
米「あやひめ」を使用しています。トレハロース・アル
コールなどの添加物は一切使用しておりません。



〈データ比べ・味比べ〉お味噌いろいろ

麴歩合

原料となる大豆の重さに対する麴の割合を表します。10歩は大豆と等量、20歩は二倍量となります。塩の量が一定なら、麴歩合の高いほうが甘口になります。「八丁味噌」は大豆を全量麴にする豆味噌です。調合味噌の「有機・赤だしカップ」は麴歩合の表現方法に決まりがないので、最終的な製品の大豆と米の比率から1分と表現しています。

発酵・熟成期間/加熱処理

発酵食品・伝統製法を推奨するムソーの基本姿勢に基づき、発酵を進めるための加熱処理を行わず、自然のままに発酵熟成を待つ天然醸造が基本です。ただし「白みそ」は糖化を進めるために熟成工程での加温が必須で、短い熟成期間で仕上げます。また「有機・赤だしカップ」は八丁味噌と米味噌を混ぜる際に空気を多く抱え、発酵が必要以上に活発になってしまうため、加熱を施します。

コード・メーカー名・商品名・醸造地		麴による分類	麴歩合	塩分 (%)	発酵・熟成期間	加熱処理	メーカーからひとこと
11084 〈ムソー〉 無双 信州味噌 (長野県松本市)		米味噌	12歩	12.2%	5カ月以上	なし	以前は熟成期間を重視しておりましたが、仕込時期及び熟成蔵環境の変化に対応し、色調及び官能検査で蔵出時期を見極める熟成管理に変更。熟成塩慣れも良好で、甘味と旨みのバランスもよい味噌です。
11096 〈かねこ〉 有機 米みそ (徳島県板野郡)		米味噌	14歩	11.0%	6か月	なし	徳島では御膳みそと呼ばれています。有機原料にこだわり、有機国産(滋賀県産・熊本県産)の米、有機国産(北海道産)の大豆を使用し、丁寧に仕込んだ御膳みそは、味・香り・甘みと旨みのある味噌です。
10165 〈海の精〉 玄米味噌 (埼玉県児玉郡)		米味噌	8.5歩	約11%	1年以上	なし	昔懐かしい風味の玄米味噌。栄養価の高い玄米を使用しており、米麴の甘みとおだやかな旨味、そして適度な酸味が楽しめます。加熱処理をしていない生仕上げですので、新鮮な味と香りが楽しめます。
10495 〈金光味噌〉 有機 白みそ (広島県府中市)		米味噌	15歩	5.5%	約14日	あり	有機認証を取得した白味噌。原料そのままの素朴な味わいが引き出され、大豆のふくよかな旨味と米麴のほのかな甘味が特徴。砂糖不使用。
10161 〈マルクラ〉 白みそ (岡山県倉敷市)		米味噌	10歩	5.4%	3日間	あり	弊社は甘酒作りの老舗であり、麴の糖化には大きな自信があります。その糖化技術を用いることで、水飴のような甘味料を使用せずとも甘い白味噌を製造することが可能なのです。
10166 〈海の精〉 麦味噌 (埼玉県児玉郡)		麦味噌	8.5歩	約11%	1年以上	なし	大麦独特の味と香りが田舎風味を醸し出します。甘味は控えめですが、麦麴のさっぱりとした旨味が魅力で、きりっとした味です。加熱処理をしていない生仕上げですので、新鮮な味と香りが楽しめます。
10073 〈チョコー〉 無添加 長崎麦みそ (長崎県大村市)		麦味噌	22歩	10.3%	4ヵ月前後	なし	国内産はだか麦を100%使用。はだか麦の甘みと大豆のうまみを引き出したまるやかでくせのないお味噌です。生みそタイプのため、みそ本来の風味と香りが楽しめます。
10052 〈まるや〉 有機・八丁味噌 (袋入) (愛知県岡崎市)		豆味噌	全量麴	9.9%	2年以上	なし	有機大豆使用八丁味噌。木桶に円錐状に石を積み上げ2年以上熟成させた大豆100%の豆みそ。大豆の旨味が豊富で、酸味と多少の渋みが特徴です。
10063 〈まるや〉 三河産大豆の 八丁味噌 (愛知県岡崎市)		豆味噌	全量麴	10.3%	2年以上	なし	三河産大豆使用。木桶に円錐状に石を積み上げ2年以上熟成させた100%豆みそ。大豆の旨味が豊富で、酸味と多少の渋みが特徴です。
10053 〈まるや〉 有機・赤出し カップ (愛知県岡崎市)		調合味噌	調合味噌 1分麴	11.1%	豆みそ2年以上 米味噌6ヶ月	あり	有機八丁味噌に有機米味噌を合わせました。八丁味噌の酸味と米味噌の甘みがある調合味噌。

今月の 新商品 & リニューアル

アレルギー

乳・卵・小麦・そば・落花生・えび・かに・大豆を使用しているものについて記載します。

遺伝子組み換え

遺伝子組み換え原料の分別状態について「M・F・N・S・無」で記載します。各マークの意味は、ムソー商品カタログP3をご参照ください。

新商品

OGトリュフチョコを手軽に

33147 (K&Y)

12月1日発売予定

OGトリュフチョコ 「トリュフドール」ミニパック

冬季商品



美食の国フランスのなめらかで上質なオーガニックトリュフチョコ。有機カカオや有機ココナッツオイルなど厳選されたシンプルな原料でつくられています。〈34g〉

421円(税込価格) 390円(本体価格)

- JAN : 3481292300967
- 入数(発注単位) : 12(12)
- 原材料 : 有機ダークチョコレート(有機カカオマス、有機砂糖、有機ココアバター、有機バニラパウダー)、有機ココナッツ油、有機ココアパウダー、(一部に乳成分を含む)
- アレルギー…乳
- 賞味期限…15ヶ月
- 遺伝子組み換え…M



冬季商品「33142(K&Y)OGトリュフチョコ「ピオナチュール」プレーン90g」が4粒入ったミニパックです。そのまま陳列できる12袋入りディスプレイ箱でお届けします。

新商品

「身土不二」を原点に 召ませ日本

主原料の米はもとより、干海老、塩、昆布、鰹節など調味料に至るまで、極力国産のものを使用し、無添加でやさしくどこかなつかしい味に仕上げました。

33839 (アリモト)

召ませ日本・ひとくち海老せんべい

味付けは素朴なあっさりサラダ味、食べやすい一口サイズのお煎餅です。〈70g〉

322円(税込価格) 298円(本体価格)

- JAN : 4970289317785
- 入数(発注単位) : 12(1)
- 原材料 : うるち米(国産)、米油、塩、干海老、昆布粉末、鰹節粉
- アレルギー…えび ○賞味期限…150日
- 遺伝子組み換え…M



11月25日発売

33840 (アリモト)

召ませ日本・海老ぼんせんべい

味付けは素朴なあっさりサラダ味、パリパリ薄めのぼんせんべいです。〈25g〉

322円(税込価格) 298円(本体価格)

- JAN : 4970289317792
- 入数(発注単位) : 12(1)
- 原材料 : うるち米(国産)、干海老、塩、米油
- アレルギー…えび ○賞味期限…120日
- 遺伝子組み換え…M



11月25日発売

ムソー担当者から

「召ませ日本」は、古来より穀物食を基本としてきたわれわれ日本人の伝統食を見直し、日本でもとれた旬のものをいただくという原点に帰って、かなえられる限り日本や日本近海でもとれたものを材料にして作るシリーズです。

パッケージ変更

すぐに使える「すりごま」

ムソーブランド商品の新ブランドロゴ・ブランドルールによるデザイン変更です。

12月初旬

20786 <ムソー>

国内産すりごま・白

<30g>

691円(税込価格) 640円(本体価格)

○アレルギー…なし ○遺伝子組み換え…M



20785 <ムソー>

国内産すりごま・黒

<30g>

626円(税込価格)

580円(本体価格)

○アレルギー…なし ○遺伝子組み換え…M



希少な国内産胡麻を焙煎後、胡麻の持つ香りと旨味を大切に、すり上げました。煎る手間・する手間が省け、すぐに使えるので大変便利です。ごまの豊かな香りが料理をひきたてます。

新商品

50年！期間限定品

21049 <桜井>

11月1日発売

純正ラーメン 数量限定

「21100(桜井)純正ラーメン5食」の1食タイプです。<1食98g>

140円(税込価格) 130円(本体価格)

○JAN：4960813312614

○入数(発注単位)：20(1)

○原材料：油揚げめん【小麦粉(小麦(国産))、パーム油、小麦たん白、食塩】、食塩、粉末しょうゆ、砂糖、酵母エキス、ごま、香辛料、粉末みそ、野菜エキスパウダー、発酵調味料、昆布粉末、落花生粉末、アーモンド粉末、乾燥ねぎ、しいたけ粉末、しいたけエキスパウダー、麦芽エキス、ごま油、メンマパウダー、(一部に小麦・ごま・大豆・落花生・アーモンドを含む) ○アレルギー…小麦・大豆・落花生 ○賞味期限…6ヵ月 ○遺伝子組み換え…F



21050 <桜井>

純正ラーメン・豆乳塩だし味 数量限定

社内試食会を経てSNS投票で選ばれた「豆乳塩だし味」を商品化。<104g>

160円(税込価格) 148円(本体価格)

○JAN：4960813312621

○入数(発注単位)：20(1)

○原材料：油揚げめん【小麦粉(小麦(国産))、パーム油、小麦たん白、食塩】、食塩、豆乳パウダー、砂糖、酵母エキス、玉ねぎエキスパウダー、キャベツエキスパウダー、野菜エキスパウダー、香辛料、ごま油、乾燥ねぎ、(一部に小麦・大豆・ごまを含む) ○アレルギー…小麦・大豆 ○賞味期限…6ヵ月 ○遺伝子組み換え…F



桜井食品創業111周年および「純正ラーメン」発売から50周年の記念企画。それぞれ5万食(計10万食)販売した時点で終了です。お早めにご注文ください。

好評発売中

際立つ辛味と風味 旨味本来シリーズ

和・洋・中の料理を引き立てる名脇役。保存料不使用、無着色・無香料、手軽に使えるチューブ入りです。

10732 <ムソー>

旨味本来・生わさび チューブ入り

ツンとした辛みのきいた西洋わさびに、すがすがしい香りの本わさびをブレンド。

<40g>

356円(税込価格)

330円(本体価格)

○原材料：水あめ(国内製造)、西洋わさび(国産)、本わさび(国産)、食塩、なたね油(遺伝子組換えでない)、植物繊維(じゃがいも：遺伝子組換えでない)、りんご酢/香辛料抽出物 ○アレルギー…なし ○遺伝子組み換え…F



10733 <ムソー>

旨味本来・からし チューブ入り

辛味の強いオリエンタルマスタードを使用。シャープな辛みが味をグッと引き締めます。<40g>

356円(税込価格)

330円(本体価格)

○原材料：水あめ(国内製造)、からし(カナダ、アメリカ)、なたね油(遺伝子組換えでない)、食塩、食物繊維(じゃがいも：遺伝子組換えでない)/香辛料抽出物 ○アレルギー…なし ○遺伝子組み換え…F



10734 <ムソー>

旨味本来・生しょうが チューブ入り

ピリピリとした辛みとさわやかな香り。おろしたての風味と繊維感をお楽しみください。<40g>

356円(税込価格)

330円(本体価格)

○原材料：しょうが(国産)、水あめ、りんご酢、食塩、でん粉、植物繊維(じゃがいも：遺伝子組換えでない) ○アレルギー…なし ○遺伝子組み換え…F



ムソー担当者から



脇役だけど、ないとしまらない薬味。「旨味本来」は常温保存商品ですので、陳列場所を選びません。そばと「生わさび」、ソーセージと「からし」、豆腐と「生しょうが」などの関連陳列でメニュー提案を。

農産担当・加藤の

今月の
イチオシ

茨城県屈指のレンコン産地・稲敷市の浮島地区で、何十年にもわたり、こだわりのレンコンを作り続ける山田庄三さん(66才)。浮島地区は砂状土質が多い場所です。栄養たっぷりではありませんが、栽培に欠かせない水の管理や、レンコンの表面の色に対し有効に働く土質ということもあり、良質のレンコン作りを行える場所。そこで長年の経験と勘に加えて、化学的な土壌検定に基づく肥料などを効果的に使用し、どっしりと重く甘みあるレンコンを栽培しています。農薬・化学肥料を使用しない特別栽培です。

10月下旬、たっぷりと水のはられた圃場では、舟(掘ったレンコンを入れる道具)を引きながら収穫の真っただ中。少し前はご夫婦でやっていましたが、

糸を引きやすく、
ほくっと柔らかいレンコン

息子の和生さんが正式に後継者に決まり、今は3人で作業しています。「齢も齢なので、そろそろ引退を考えないと」と悩んでいましたが、息子さんが一念発起してくれて、今は以前にも増して元気が出た由。

「自分のやり方を教えつなぎ、後は息子の考える理想を作っしてほしい」と山田さん。和生さんは「親父のやり方をまず学んで、自分が思う理想のレンコンが作れるようになりたい。この品質だから、この内容だから、どうしてもこの価格で売りたい。絶対に損をさせないから」と言い切れるものを目指したい」と若い力に満ちた言葉を頂きました。

山田さんのレンコンは早生系ではなく、どちらかというと言昔ながらのレンコン。糸を引き

山田庄三さん、和生さん(茨城県稲敷市)



【栽培品目】レンコン

やすく、ほくっと柔らかい食感で、煮物などに最適です。手軽に食べるのであれば、1~1.5cm程度の輪切りにしてフライパンやオーブントースターで焼いて、塩を振るのがおすすすめ。食感、風味、味が活きま

すよ!

今年は台風などもなく順調に出荷がスタート、これからの季節が最もおいしくなります。親子2代、理想を追い続けるレンコンをご賞味ください!

(ムソー商品部・加藤緑)

ムソーブランド
根掘り 葉掘りふっくらおいしく
炊き上げた

玄米七草がゆ

5468 〈ムソー〉
玄米七草がゆ

〈1袋(300g)〉

519円(税込価格) 480円(本体価格)

11月25日再開

数量限定

○原材料：かゆ：有機玄米(国産)、乾燥七草：すずしろ(国産)、食塩(国産)、すずな(国産)、はこべら(国産)、せり(国産)、なずな(国産)、ほとけのざ(国産)、こぎょう(国産)

ご注文は、別紙「年末限定好適品注文書」をご利用ください。



昨年からムソーブランドで新発売となった「玄米七草がゆ」。国内産有機の新潟県産コシヒカリをふっくら炊き上げた玄米がゆと、フリーズドライ製法で素材の風味がそのままの国内産七草のセットです。パッケージもかわいらしく、「七草がゆ」の意味が伝わるように、春の七草の絵と名前を載せました。

玄米がゆを温めて、乾燥した七草を振りかけ、よく混ぜてお好みで食塩などを加えて出来上がり(2人前)。玄米のプチプチとした食感とお米の甘さが引き立つ優しい味わいです。

(ムソー商品部・加藤緑)

Macrobiotic Facilitator

TEL: 06-6945-0511 FAX: 06-6946-0307

〒540-0021 大阪市中央区大手通2丁目2番7号 <https://www.muso.co.jp>
[ムソー公式Facebookページ https://www.facebook.com/MUSOcorp/](https://www.facebook.com/MUSOcorp/)