

# 10月のお届けは

平成 28年 **10月 15日(土)** 頃の予定です。

退会、お休み、再開、その他ご注文内容のご変更などをご希望の場合は

**9月 23日(金)** までご連絡ください。

9月24日以降のご連絡は 翌月扱い とさせていただきます。

10食コースはこちらの枠内の5品目となります

10月のお届けメニュー

## ①岩手県産割干大根と帆立の生姜煮

岩手県遠野産の割干し大根と帆立に生姜を入れ、サッパリとした煮物にし、キヌサヤを添えました。帆立の旨みを含んだ、甘みのある割干し大根をご賞味ください。

## ②北海道産子持ち昆布煮

やわらかな歯ごたえの北海道産の昆布と魚卵をオリジナルのタレで煮付けました。魚卵の旨みと昆布の旨みがうまく合って出汁のきいた良い味を出しています。

## ③五目煮

人参、ゴボウ、大根、などの根菜をサイコロ状に切り、さつまいもや里芋、鶏肉と昆布も入れ、具材の多い五目煮にいたしました。あっさりとした食べやすい味付けで、噛むほどに具材の優しい味が広がるシンプルな一品です。

## ④三陸産ぶり大根

岩手県の三陸で水揚げされた国産ぶりの旨みを吸った大根が美味しい、ぶり大根です。ぶり大根は、ぶりを使った家庭料理の定番ともいえる料理です。

## ⑤大根菜のそぼろ煮

岩手県産の大根菜(大根の葉)と花巻市高源精麦(株)のブランド豚・白金豚のそぼろを甘辛く(砂糖+醤油味)味付けしました。大根菜は緑黄色野菜に分類され、βカロテン、ビタミンCやミネラルなど多くの栄養素が含まれているヘルシー食材です。

## ⑥四種豆とさつまいもサラダ

岩手県産の青大豆秘伝豆と南部白目大豆、岩手県遠野産の枝豆、北海道産金時豆とさつまいもをマーマフーズオリジナルの大豆マヨネーズで和えました。動物性の原材料を一切使用しない、自然の優しい味わいです。

## ⑦長野県産生しめじのピリ辛煮

長野県産のしめじと岩手県産の人参と油揚げに唐辛子を入れて、ちょっとピリ辛の金平風の味付けに致しました。

## ⑧豆乳団子の和風あんかけ

国産野菜6種入りで化学調味料を一切使用していない「豆乳団子(揚げかまぼこ)」を弊社オリジナルの出汁でふっくらと炊き上げ、食べやすいあんかけ風にし、遠野産の枝豆を添えました。ふわっとした優しい味をお楽しみください。

## ⑨白金豚と短角牛のハンバーグ

岩手県花巻産のプラチナポーク(白金豚)と岩手県久慈産の短角牛でハンバーグを作り、オリジナルの醤油ベースのハンバーグソースで和風に仕上げました。ミネラルウォーターを飲んでいる白金豚の肉質は柔らかく、肉味はまろやかです。

## ⑩秋の国産十二品目うの花

岩手県産大豆100%使用のおからに、秋のきのことしてえのき・しめじ・舞茸、白金豚のそぼろ等の具材をたっぷり入れて、しっとりと美味しく仕上げました。甘み・旨みに優れてるお豆腐からつくられた出来立ての美味しいおからを使用しています。

※予定メニューは食材の入荷等の都合により変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。