



利尻昆布

焼津産木枯れ鰹節



香信椎茸

割り鯖節

煮干うるめ鰯

おむすび

「特選 鰹ふりだし」の袋(パック)の中身を出し温かいご飯に混ぜます。(目安は2.5合に1袋、お好みで塩を……。)これだけで、美味しいおむすびが作れます。



溶き卵2コ分
 水600cc



かきたま汁
 (4人分)



- 1、水600ccに鰹ふりだし1袋を入れ「だし」をとります。(お好みで 塩、醤油を入れても良い)
- 2、水溶き片栗粉でとろみをつけます。
- 3、かき混ぜた玉子を入れてできあがり。
- 4、仕上げに三つ葉を散らします。

薄めにつけて
 味噌で味を
 整えてネ♡

お手軽 鯛茶漬け(1人分)

まず「ごまだれ」を作ります。

すり胡麻…大1
 しょう油…大1
 酒……小1
 みりん……小1

- 1、ごまだれの中に鯛の切身5切れをからませ、4～5分下味をつけます。
- 2、炊きたてのご飯を器に入れ、鰹ふりだしパックの中身を半分ふりかけます。
- 3、ごまだれをからめた鯛の切身のをせ熱湯を鯛の上から静かにかけます。好みでわさび、三つ葉のをせます。(鯛が半煮になるように、必ず熱湯で。)



鶏のムネ肉、じゃが芋、玉葱、
 人参、ニンニク、生姜



味噌の塩分を考え
 薄めにネ!!
 鰹ふりだしのパック
 は2～3袋

鶏のスタミナスープ

- 1、鶏のムネ肉、じゃがいも、玉ネギ、ニンジン、ニンニク、生姜をひとひたまでの水に入れ火を通します。(カレーを作る要領です。)
- 2、ある程度火が通った頃に、鰹ふりだしのパック2～3袋を入れます。(少し塩が足りないかな?というくらい)
- 3、白味噌または合わせ味噌で味を整えできあがり、吸口にはコショウを。

お茶漬け(1人分)

- 1、あったかいご飯を器に入れ、鰹ふりだしのパックの袋から中身を出し半分ふりかけます。
 - 2、好みで好きな具材(鮭、梅干、のり、ワサビなど)のをせます。
- お茶をかければ、だしお茶漬けの完成。





炊込みご飯に最適



煮物との相性は抜群



おでんのだしに



麺類のつゆや天つゆ

その他、お吸物、味噌汁はもちろん、茶碗蒸し、チャーハン、お好み焼きなど、様々なお料理にご利用ください。

炊き込みご飯 帆立貝

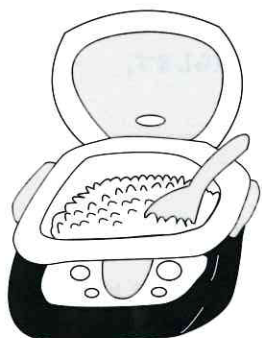
- 1、お米3合、普通に目盛まで水を入れます。
- 2、鰹ふりだしのパック 2 袋を入れます。
- 3、帆立貝水煮を汁ごと入れます。
- 4、普通に炊きます。炊きあがったら袋は取出します。

※缶のニオイが気になる方は、酒、大サジ 1を入れてください。カニ缶でもできます。

★早炊きでセットするとだしの味が出る前に炊きあがるので、お気をつけください。



米3合



コンニャクの煮物

- 1、コンニャクは隠し包丁を入れて、食べやすい大きさに切ります。
 - 2、一度下茹でをします。
 - 3、コンニャク2枚に対し、鰹ふりだしのパック3袋を入れ、水をひたひたになるまで入れ、落とし蓋をして煮ます。
- ※醤油やお酒などは入れなくても、このままで充分美味しい。また、同様の作り方で厚揚げも美味しくできます。

各種炒めもの

ゴボウ、じゃが芋、人参、ピーマン等の炒めものに



パック1袋の中身適量を振りかけ炒める

うどんすき 味噌風味

- 1、土鍋に適量の水、「特選 鰹ふりだし」のパック1袋を入れ沸騰させ、醤油・・・大3、みりん・・・大3を加えます。
- 2、味噌で味を整え、肉、野菜、うどんを入れ火を通すとでき上がり。



肉、野菜、うどんを入れてネ。

業務用としても大好評!!

全国各地のお好み焼き、ラーメン、郷土料理、自然食レストラン等のお店で使われています。

その他、カレーの隠し味にもどうぞ!!

美味しいだしのとり方



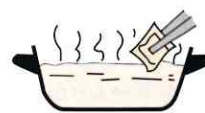
鍋に水を入れ、その中に「特選 鰹ふりだし」のパックを袋ごと入れます。



コンロに火をつけ、強火で沸騰させます。



沸騰したら火を弱め、中火で約 3 分煮出してください。



火を止め、パックを鍋のふちで絞るようにした後、取り除いてください。にのりがないコクのあるだしが出ます。



味覚 Le goût
聴覚 L'ouïe
視覚 La vue
嗅覚 L'odorat
触覚 Le toucher
第6感 Le 6ème sens

鰹ふりだし

LSiX6 食品
ライレイ株式会社

〒551-0002 大阪市大正区三軒家東3-1-13
tel : 06 6185 5251 fax : 06 6538 3899

お問合せは

0120-292-899

日本製

