

蒸し大豆で 美味しく、賢く、健康に

余分なものは控えながら、必要な栄養素をとるのは難しい。
だから、栄養バランスのいい「大豆」の良さが再注目されています。
蒸し大豆は、大豆の持っている栄養を丸ごと食べられるのが最大の特徴。

大豆は天然のマルチサプリ



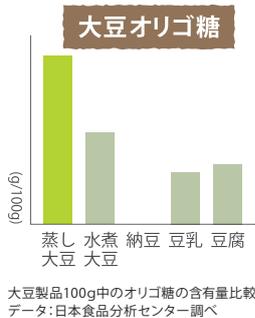
大豆製品の中でも“蒸し大豆”が美味しくて、体にうれしい理由

point

1

善玉菌のエサになる
「大豆オリゴ糖」が多い!

豆腐や豆乳は、食物繊維たっぷりの「おから」を取り除いてしまうので、栄養成分が減っています。
納豆は発酵するときにオリゴ糖を分解してしまいます。

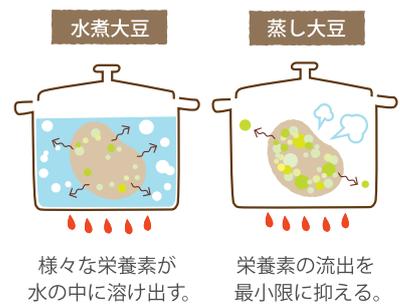


point

2

“蒸し”の力で栄養と美味しさを
逃がさない!

蒸し大豆は、長時間お湯で茹でる水煮大豆と比べ、ビタミンやイソフラボンなどの栄養成分の流出を最小限に抑えています。旨味成分も多く残っているため、そのままでも旨味や甘味を強く感じられます。



蒸し大豆



栗のようなホクホク食感!
大豆本来の甘味が美味しい

60882
有機蒸し大豆
100g 340円(税込)

蒸し大豆+4種類



人気の蒸し大豆に、ひよこ豆・青えんどう・赤いんげん・黒いんげんを加えた5種類の蒸し豆

60884
有機蒸しミックスビーンズ豆
85g 340円(税込)

こちらもおすすめ



蒸し国産もち麦100%そのままサラダやスープに

60998
国産蒸しもち麦
70g 250円(税込)



蒸し有機小豆のほんのり甘いおやつ

60883
有機ほの甘あずき
55g 290円(税込)

使い方いろいろ!

常温保存OKで、このまま食べられるので、バッグに入れてダイエットや糖質制限中のヘルシーおやつとしても、とっても便利!



大豆ともち麦の甘辛つくね

■材料: 2人前

蒸しもち麦...50g
蒸し大豆...50g
鶏ひき肉...150g(卵...1個)
塩...少々

A
酒.....大さじ1
みりん.....大さじ3
砂糖.....小さじ1
醤油...大さじ1と1/2

<作り方>

- 蒸し大豆を刻み、蒸しもち麦、鶏ひき肉、(卵)、塩を合わせてこねる。
- 形をととのえて、串にさす。
- 油をひいたフライパンで②を両面焼く。
- 合わせておいたAをフライパンにまわしかけて、照りが出るまで焼きからめる。



※パッケージが変わりました。

千葉産直 旬の青魚をいつでも、手軽に美味しく

“とろ”青魚缶詰シリーズは寿司屋や料亭に出せるほどの品質の高い魚を原料とし、旬の脂ののった魚が獲れる時期に合わせ、年間(販売)分を数日間だけで一気に限定生産。材料となる青魚の「旬」「サイズ」「脂ののり」「鮮度」に徹底してこだわり化学調味料・保存料・着色料を始めとした添加物は一切使用していません。

美味しさの秘密

生魚を手詰めてから約30~40分以内には缶を密閉して調理!

1 詰める 2 調味料充填 3 密閉後、加熱調理

溢れんばかりに贅沢に!

こだわりの缶詰ができるまで

下処理した魚を缶詰に入れてから調味料を充填し密閉。110℃以上で加熱することで、缶詰自体が小さな圧力釜の役割になり魚の骨まで食べられるほど柔らかくなるのと同時に、加熱殺菌されます。缶のまま調理するため、煮汁には青魚の脂に含まれるDHAやEPAなど栄養成分が詰まっています。最後に賞味期限の刻印・検品後、缶詰の完成です。

活用レシピ そのまま食べても美味しいから、アレンジ料理広がる!

とろさんまの炊き込みご飯

■材料:3~4人前

とろさんましょうゆ味……………1缶
お米……………2合分
刻み生姜……………約20g
醤油……………大さじ2
お酒……………大さじ1

使ったのはコレ

61020 とろさんましょうゆ味 190g 470円(税込)

- <作り方>
- ① お米二合に「とろさんましょうゆ味」を1缶汁ごと身も全て入れる。
 - ② ①に刻み生姜、しょうゆ、お酒を加え、適量の水を入れて炊き上げる。
 - ③ 炊き上がったらくかき混ぜて出来上がり。
- ※新鮮な原料を使って作っているので青魚の臭みも気になりません。

■レシピは商品ページでご紹介しております。

さばのみぞれ煮

使ったのはコレ

61018 とろさば 水煮 180g 490円(税込)

オイルサーディンのペペロンチーノ

使ったのはコレ

61022 オイルサーディン 100g 430円(税込)

ユニマルシェを初めてご利用の方へ

ご利用には、会員登録(無料)が必要です。

■ショッピングサイトでの会員登録方法

URLを入力 **unimarche.jp** または「ユニマルシェ」で検索ください。

QRコードからアクセス

新規会員登録・WEBでの会員登録方法は **こちら** を参照ください!

※操作内容はスマートフォン画面で見た場合です。パソコンからの操作方法も同様です。

■お客様センターで、お電話による「会員登録」「ご注文」も受け付けております。
※お時間5~10分程かかりますので、お時間に余裕のある時にお電話ください。

初めてご利用の方へ

ご利用ガイド

販売業者・運営会社:株式会社ユニヴァ・マルシェ/運営統括責任者:代表取締役 水野 克裕/会社所在地:〒106-6035 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー35階 / 電話番号:0800-888-8877/販売価格:140円~9,990円(税込)/送料:330円~2,000円(税込)※【常温商品】【冷凍食品】【ペットフード】は別梱包のため、それぞれに送料がかかります。/商品のお届け時期:ご注文完了日より5営業日以内に宅配便にて発送/支払方法:クレジットカード払い・代金引換払い※別途、代金引換手数料:1梱包450円(税込)/販売数量の制限等:商品ごとにショッピングサイトにて表示/瑕疵担保責任:商品に隠れた瑕疵が発見された場合、お客様による商品ご確認後8日間は、商品の返品または代金の返金をいたします。この場合、送料や振込手数料等は、当社が負担いたします。/返品・交換・キャンセル:品質不良・破損・汚損・数量不足があった場合、お届けより8日以内に当社まで連絡いただき、送料当社負担で返品または交換します。上記以外での返品・交換は受け付けておりません。

全国へ安心安全をお届けいたします

0800-888-8877 受付時間 平日10:00~17:00(土日・祝日休み) ※音声ガイダンス後、「2番」を押してください。

ショッピングサイト **unimarche.jp**

株式会社ユニヴァ・マルシェ 〒106-6035 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー 35階

オトクな情報配信中! ユニマルシェ LINE