

Vegefirst
おかずの素

小冊子

この度は、ベジファーストの
「おかずの素」ご購入ありがとうございました。

コロナ禍であっても、ベジファーストらしい形で
お客様と繋がっていけることはないか？と考えた中で
誕生したのが「おかずの素」です。

一般的なおかずは、
それ自体がご飯のお供になるくらい、
しっかりとした味付けですが、
ベジファーストのおかずの素は、
野菜がますます好きになって、
ドンドンと食べ重ねていけるよう、
食べ疲れないやや薄味なシンプルな味付けをしております。

お手元に届いたおかずの素、色々と組み合わせ、
お客様ご自身で新しい味を楽しんで頂けると嬉しいです。

この小冊子では、おかずの素のアレジのヒントとなる様な
組み合わせを紹介しております。
参考に色々と楽しんでください。

Takamori

お届けの
『おかずの素』

	メニュー
1	きんぴらごぼう
2	芽ひじき
3	煮豆大豆
4	小松菜ゴマ和え
5	切り干し大根煮
6	高野豆腐と厚揚げのキーマカレー
7	鶏ささ身の塩麹漬け（ほぐし）
8	豚ヒレ肉の粕味噌漬け
9	ボッサム（蒸し豚）
10	オイキムチ
11	エゴマのコチュジャン漬け

【注意】

＊お届けするおかずの素は⑩⑪を除き、
＊全て冷凍にてお届け致します。
＊食品添加物、保存料などを一切使用しておりません！
　開封されたら、必ず冷蔵にて保存、なるべくお早めにお召し上がりください。

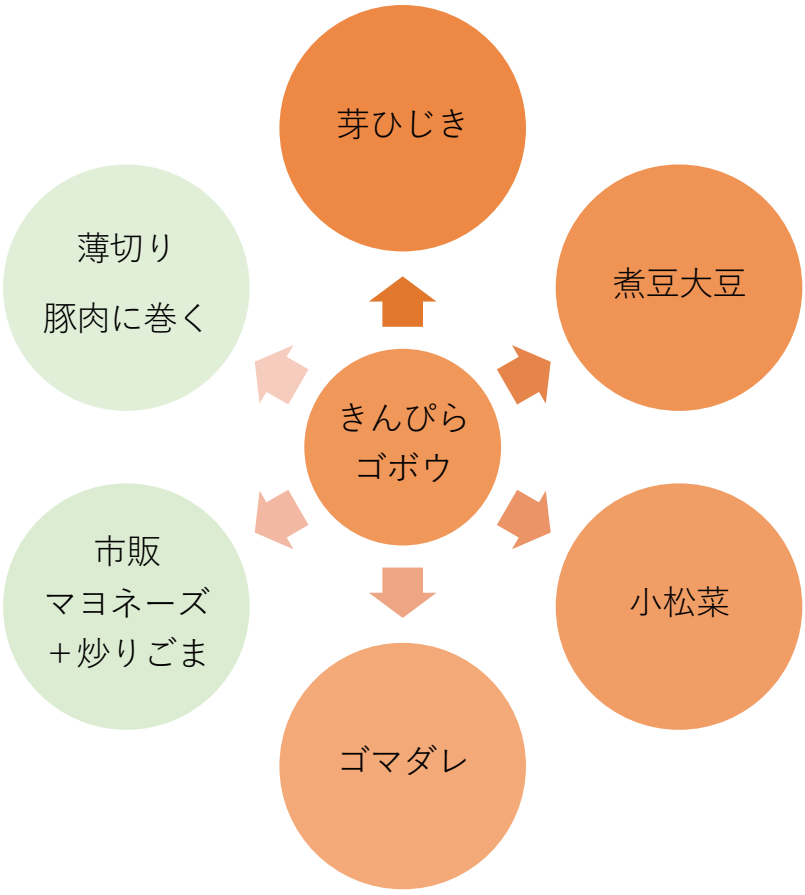
賞味期限は、冷凍：1ヶ月、冷蔵：4日間となります。
製造日：2020年08月06日
製造者：株式会社SNP's　vegefirst
〒460-0002
名古屋市中区丸の内3丁目1-34　堤ビル2F　TEL　052-232-1831



『おかずの素』アレンジ

① きんぴらごぼう

砂糖不使用で作っています。



おかずの素
惣菜

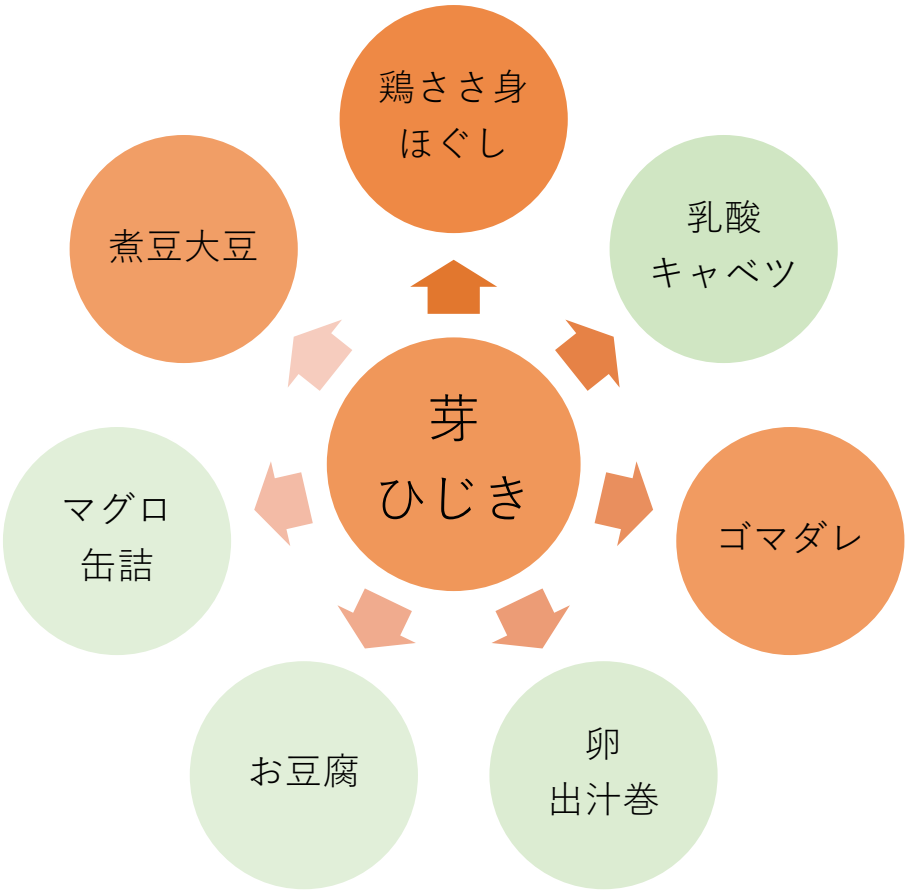
市販の
おかずの素

おかずの素
別メニュー

『おかずの素』アレンジ

② 芽ひじき

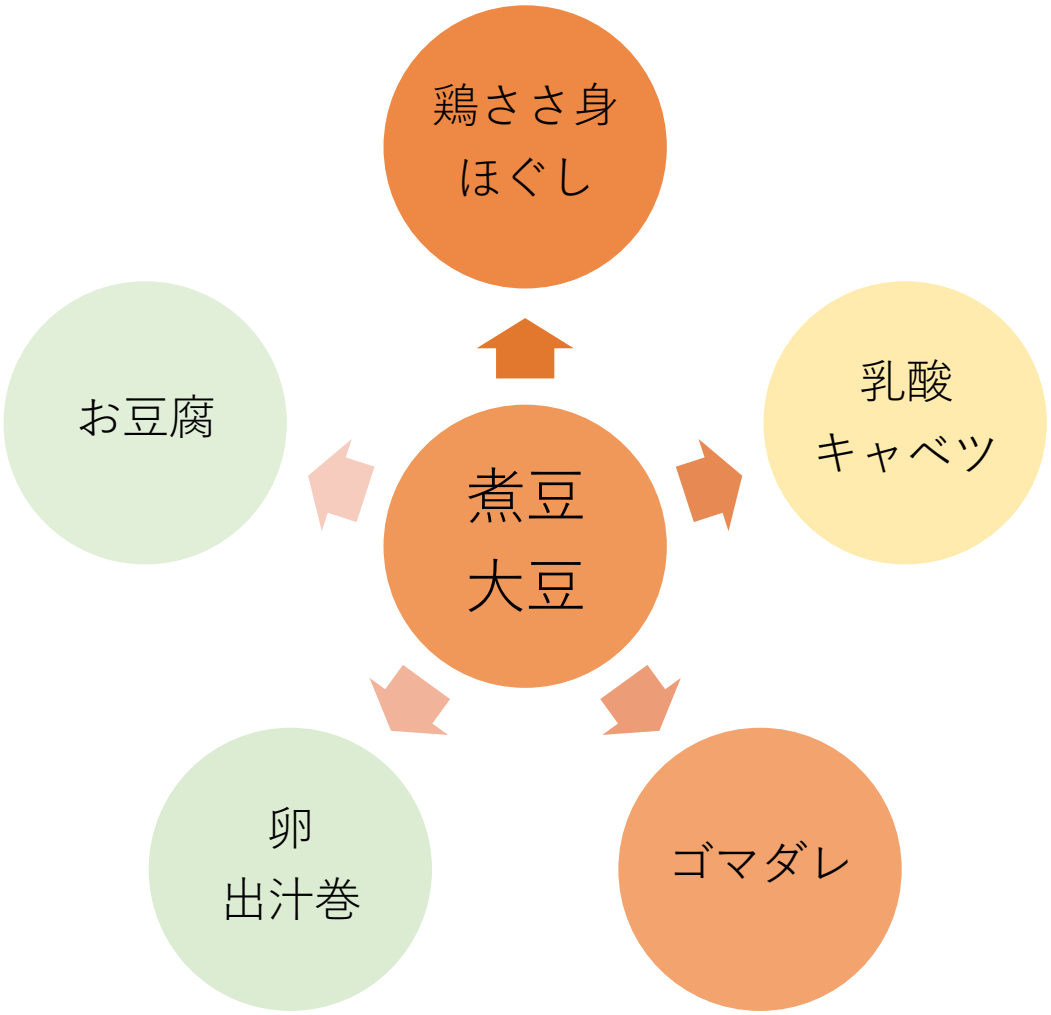
砂糖不使用で作っています。





『おかずの素』アレンジ

②煮豆大豆

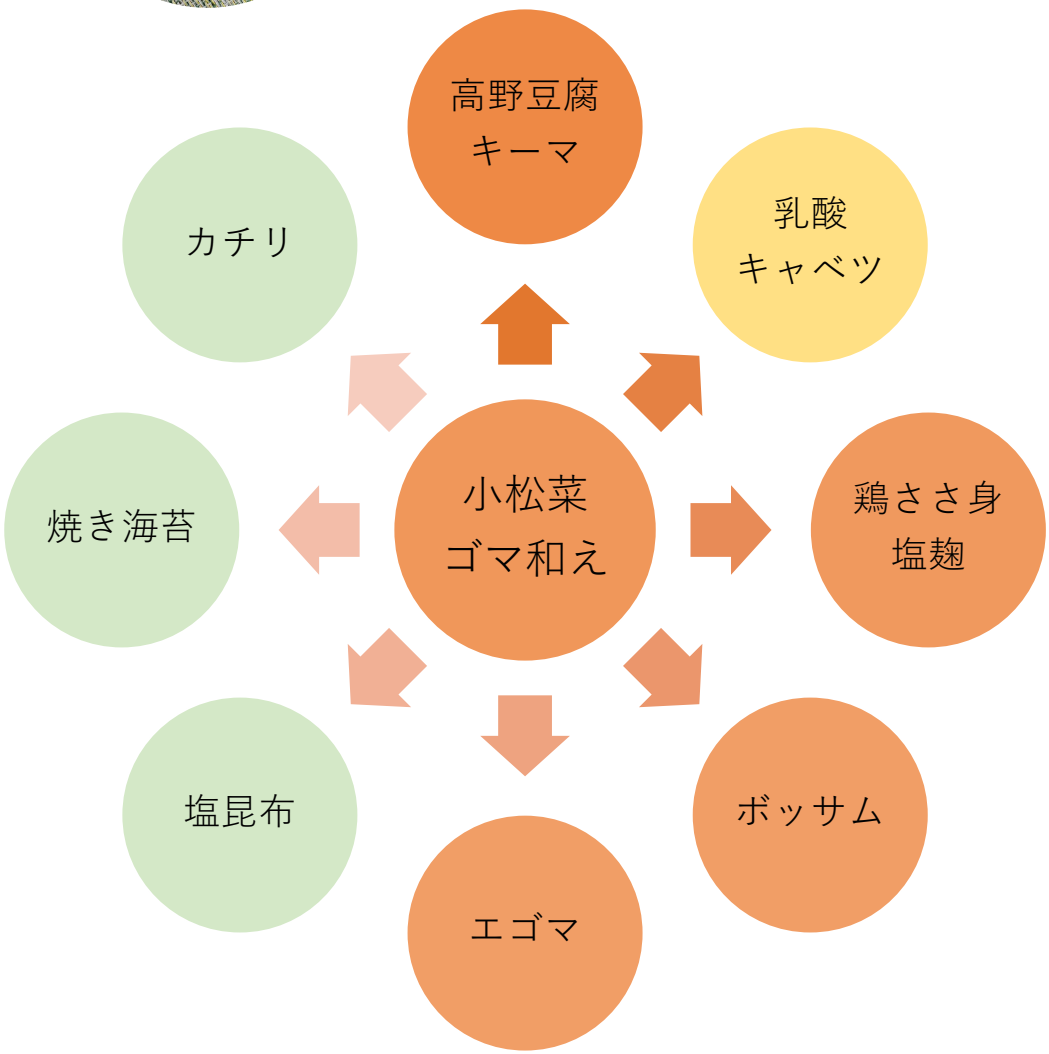




『おかずの素』アレンジ

④ 小松菜ゴマ和え

自然解凍した後
余分な水分をしっかりと絞ってください

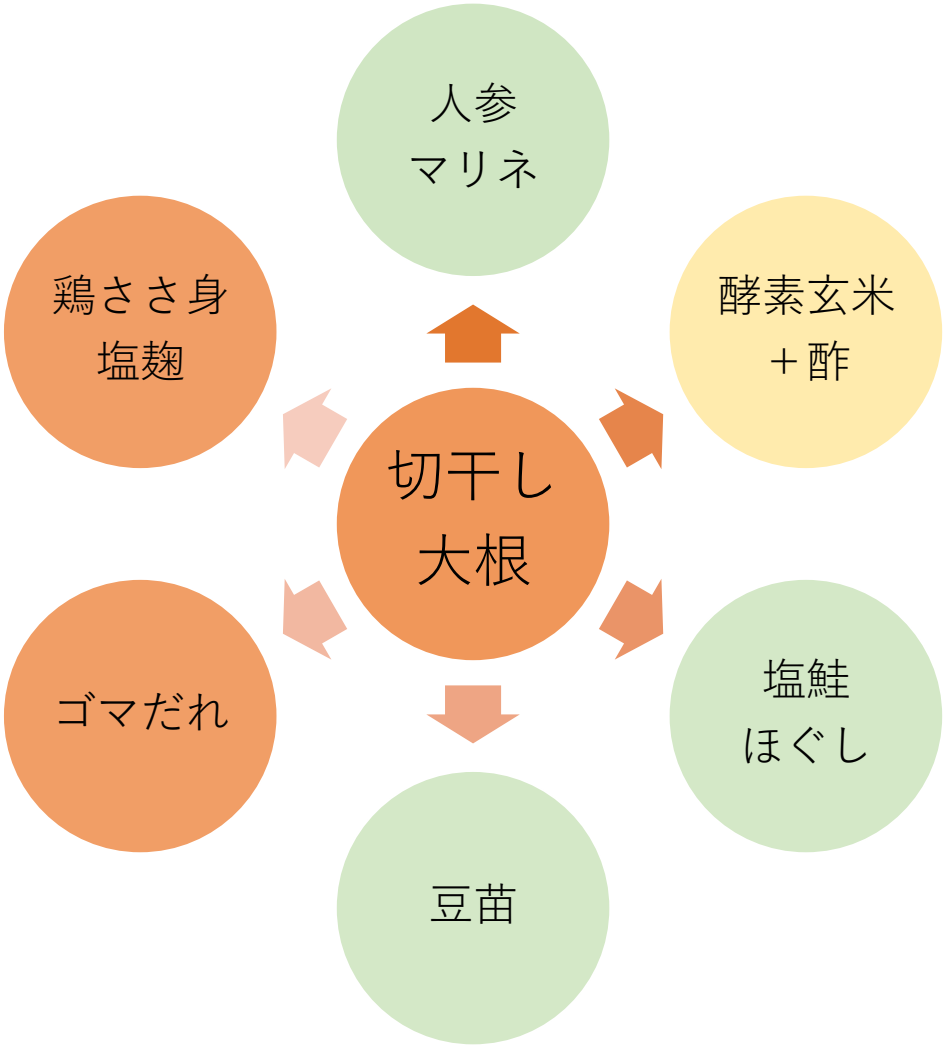




『おかずの素』アレンジ

⑤切り干し大根煮

砂糖不使用、
しっかりと煮込んであります
Macrobioticの基本メニュー





『おかずの素』アレンジ

⑥キーマカレー

乳酸
キャベツ

レタス

キーマ
カレー

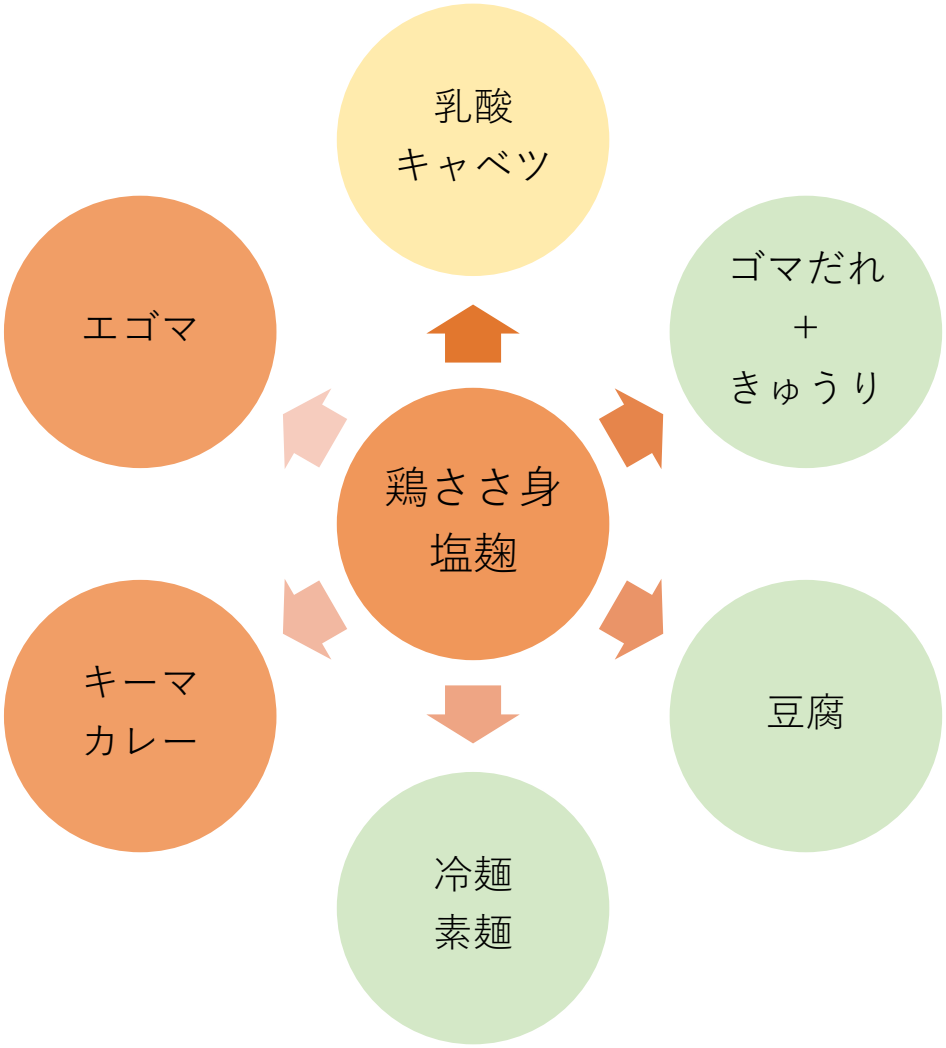
ひき肉

ゆで卵
刻む



『おかずの素』アレンジ

⑦鶏ささ身塩麹



『おかずの素』アレンジ

⑧豚肉の粕味噌漬け
⑨ボッサム（蒸し豚）
⑩オイキムチ
⑪エゴマ

⑧豚肉の粕味噌漬けは、長くつけると味噌の塩分が浸透し、
少しかたくなる場合があります。

味噌が付いているため、メイラード反応と言って焦げる場合がありますので

火加減は注意してください。
オススメは、クッキングシートなどに包んで焼くのがオススメです。

⑨ボッサムは韓国風蒸し豚です。
すでに火入れをしてありますので、食べるときは蒸した方がオススメです。

蒸し方のコツは、沸騰し蒸気の上がったところへ⑨のお肉を入れてください。

その後、少し蒸気が上がる程度で温めるのが良いです。

また、⑧の味噌をこの豚肉に塗って1日置いてから焼いてみてください。

食べ方としては、生のキャベツ、エゴマやキムチなどを巻いて食べるのが美味しいです。

⑩オイキムチは、刻んで食べてください。

⑥⑧のお惣菜以外とは相性が良いので、ドンドン合わせてください。

お手元に届いた頃が、丁度食べごろだとと思います。

⑪エゴマは、オメガ3系の油の多い韓国版紫蘇です。

お肉などの野菜に合わせていただり、お豆腐にのせたりと、色々とアレンジしてください

Vegefirst

ご登録ください

食べ方など質問
はこちらまで

LINE

Home page

お弁当の
ご予約はこちら

Takamori
LINE