

デリシャス レポート



森永 小麦胚芽のクラッカー

食物繊維を手軽に・おいしく
摂ることができる
軽くて香ばしいクラッカー

8枚・1袋×8パック
計64枚入りで大満足!



小麦胚芽のクラッカーあんバターのせ

材料(8枚分)

- 小麦胚芽のクラッカー……8枚
- バター……………30g
- 粒あん……………100g
- くるみ(ロースト、砕いてあるもの)……………10g

作り方

小麦胚芽のクラッカーに
バターを塗り、粒あんと砕
いたくるみをのせてでき
あがり。



ロッテ

- 乳酸菌ショコラボール
- 乳酸菌ショコラアーモンドチョコレート
モバイルパウチ



乳酸菌が
持ち運び易く!



乳酸菌チョコレートと 熱中症との関係

熱中症予防には腸内環境が大きく関わって
います。
腸内環境を整えば、質のいい血液が全身の
細胞に流し込まれるので多少の脱水が
起こっても人間は耐えられるようです。
腸内環境を整える効果がある食物繊維。
乳酸菌を摂取することが間接的に熱中症
予防に繋がります。

※産経新聞にて、順天堂大学医学部小林教授がコメント

ひろこの トライクッキング



このメニュー美味しそう! そう思ってレシピを見ても…
う〜んよくわからない…?
そんな方にぎゅーとらのシェフひろこが作り方を動画でレクチャーします。
今回は暑い日においしいそうめんと、
おつまみにピッタリのディップソースのご紹介です!



QRコードを
読み込んでください



夏野菜たっぷり トマトそうめん!

材料(2人分)

1食・440kcal

- 鶏ささみ肉……………2本
- 酒……………大さじ1
- きゅうり……………1/2本
- パプリカ(赤・黄) 各1/4個
- 大葉……………4枚
- トマト……………1個
- めんつゆ……………150ml
- そうめん……………2束

作り方

- ① トマトは種を取り、あられ切りにしてめんつゆと混ぜておく。
- ② 鍋に湯(500ml位)を沸かし、酒を入れてささみ肉を茹でる。茹であがったら冷まして細かくさいておく。
- ③ きゅうり・パプリカ・大葉は千切りにする。
- ④ 鍋に湯を沸かしてそうめんを袋の表示時間茹で、冷水にとってしめる。
- ⑤ ④の水気を切って盛り、②・③を彩りよく盛り付け、食べる時に①をかけ、よく混ぜてできあがり。



QRコードを
読み込んでください



アボカドと クリームチーズの 和風ディップ

材料(2人分)

1食・156kcal

- アボカド……………1/4個
- レモン汁……………少々
- クリームチーズ……………40g
- のり佃煮……………20g
- 白いりごま……………小さじ1
- 大葉……………2枚
- クラッカー……………適量

作り方

- ① アボカドは皮をむいて種を取り、ボウルに入れてフォークなどでつぶす。レモン汁をかけ、混ぜ合わせる。
- ② クリームチーズは5mm角に切る。
- ③ ①のボウルに②・のり佃煮・ごま・粗みじんに刻んだ大葉を入れてよく混ぜ合わせ、器に盛ってできあがり。クラッカーを添えてつけながらいただきます。



ぎゅーとら / ワクワク♪



スタッフのオススメ!!

渋谷店スタッフオススメ!

精肉部
横田さん



タン塩レモン



豚のタンを加熱した商品で、そのままおつまみなどとして食べて頂けるものとなっています。レモン風味のさっぱりとした商品でこれからの暑い季節にピッタリです!



ビールの
おつまみにも
ピッタリです。

サラダの
トッピングにも
オススメ!
いつもとひと味違った
レモン風味のサラダの
出来上がり!



おいしそう!

加熱・味付け済みなので
そのままお召上がり
頂けます!

姉妹品として、「タン塩ごま油旨だれ」という商品があり、こちらはごま油の風味が食欲をそそる一品で、とってもオススメです。



カクタン
手で切れる / 財布に入れやすくなりました。 ※一枚ずつ切り取って持ち帰ることができます。

- たまごを含む500円以上(税込)のお買い物の際、1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- ご利用日を過ぎた場合は無効となります。
- 本券を現金化することはできません。
- 地物の郷・おおきなコーナーの商品は除きます。
- ※コピー・複製は使用できません。

- ※「商品券」「たばこ」「雑誌」のみには、ご利用いただけません。
- 1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- 本券を現金化することはできません。
- ご利用期間を過ぎた場合は無効となります。
- ※コピー・複製は使用できません。

- たまごを含む500円以上(税込)のお買い物の際、1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- ご利用日を過ぎた場合は無効となります。
- 本券を現金化することはできません。
- 地物の郷・おおきなコーナーの商品は除きます。
- ※コピー・複製は使用できません。

- ※「商品券」「たばこ」「雑誌」のみには、ご利用いただけません。
- 1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- 本券を現金化することはできません。
- ご利用期間を過ぎた場合は無効となります。
- ※コピー・複製は使用できません。

- たまごを含む500円以上(税込)のお買い物の際、1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- ご利用日を過ぎた場合は無効となります。
- 本券を現金化することはできません。
- 地物の郷・おおきなコーナーの商品は除きます。
- ※コピー・複製は使用できません。

- ※「商品券」「たばこ」「雑誌」のみには、ご利用いただけません。
- 1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- 本券を現金化することはできません。
- ご利用期間を過ぎた場合は無効となります。
- ※コピー・複製は使用できません。

- たまごを含む500円以上(税込)のお買い物の際、1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- ご利用日を過ぎた場合は無効となります。
- 本券を現金化することはできません。
- 地物の郷・おおきなコーナーの商品は除きます。
- ※コピー・複製は使用できません。

- ※「商品券」「たばこ」「雑誌」のみには、ご利用いただけません。
- 1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- 本券を現金化することはできません。
- ご利用期間を過ぎた場合は無効となります。
- ※コピー・複製は使用できません。

- たまごを含む500円以上(税込)のお買い物の際、1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- ご利用日を過ぎた場合は無効となります。
- 本券を現金化することはできません。
- 地物の郷・おおきなコーナーの商品は除きます。
- ※コピー・複製は使用できません。

- ※「商品券」「たばこ」「雑誌」のみには、ご利用いただけません。
- 1回のお買い物で1枚ご利用いただけます。
- その他の割引券との併用はできません。
- 本券を現金化することはできません。
- ご利用期間を過ぎた場合は無効となります。
- ※コピー・複製は使用できません。

