



スター情報

平成19年
夏号

43

発行：
株式会社 **北原産業**
<http://www.starpack.co.jp>

本社 〒710-0298 岡山県倉敷市新倉敷駅前5丁目141
TEL (086) 526-3040 (代) FAX (086) 525-1322
東京支店 〒104-0041 東京都中央区新富1-13-26 (新富TTビル)
TEL (03) 5541-7366 (代) FAX (03) 5541-8306



株式会社 **ピライ**

80-80 風月花 (C-8 黒)
800円



KS-67-A 黒 (カセット付)
6,000円



KS-81F 味ごぜん
1,200円



120-90 深玄 (F-2 青海)
4,000円

おいしいお料理・お弁当
福豆屋



(紙ボックス別注)



90-60 (NC 白カルブ)
1,000円



KL-105A 若杉ごぜん
1,500円



デリ デリ
DELICIOUS DELICATESSEN



季節限定
90-60 味な詠 2006 2nd



90-60 (A 黒)
661円



90-60 (A 黒)
661円

日本健民食K.K.



KB-10 黒
550円



KB-10 黒
550円



KB-4 黒
550円



仕出し料理の

山吹



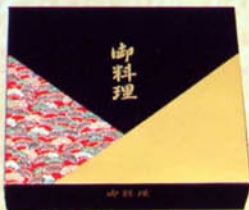
140-100 和膳 (C-4黒)
吸い物付 4,200円



140-100 和膳 (Bあじさい)
寿司・吸い物付 5,250円



140-100 和膳 (Bあじさい)
寿司・吸い物付 6,300円



神尾商事株式会社

神尾弁当部



80-80 若松 (黒)
1,570円



85-85 趣膳 (C-1黒)
2,800円



85-85 趣膳 (C-1黒)
2,300円

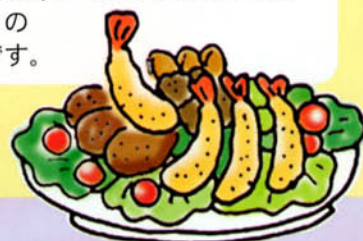
Q 電子レンジで上手にあたためる方法を教えてください。

A 電子レンジの庫内では電磁波が放射状に流れますので、回転トレーのある機種の場合は、中央ではなく、端の方に置いてください。電子レンジの機種によって電磁波の流れ方など多少の差がありますので、パッケージ裏面に記載している調理時間よりもやや短めにあたため、足りなければ調節していただくと失敗がありません。



Q 油で揚げるタイプの冷凍コロック・フライを、カリッと上手に揚げるコツを教えてください。

A 冷凍庫から取り出してすぐに、コチコチに凍ったまま、パッケージに記載されている調理方法の通りに揚げてください。衣がとけてゆるんでしまうと、揚げるときに衣がパンクしてしまいます。また油はコロック全体が浸るように、たっぷりの油を使用し、170～180℃で揚げてください。一度にたくさん入れると、油の温度が下がってしまいますので、一度に入れる量は、油の表面積の3分の1程度が目安です。コロックが揚げ油の表面に浮いてきたころが、できあがりの目安です。



Q シーフードミックス、むきえびなどの冷凍食品の使い方を教えてください。

A シーフードミックス・むきえびなどの冷凍食品は、まわりが少しとけかかり、中心がまだ凍っている状態(半解凍)で加熱調理すると、もっともおいしく召しあがれます。ざるに商品をあげ、流水にさっとくぐらせて氷の膜をとかしてください。ざるにあけ、よく水気を切ってお使いください。



冷凍食品 Q&A

Q 冷凍食品は、家庭の冷蔵庫でどれくらい保存できますか？

A 冷凍食品が製造過程で凍結されるマイナス30～40℃という超低温のもとでは、食中毒や腐敗を招く細菌が増殖することはありません。商品を開封しないままマイナス18℃以下に保てば賞味期限内は保存できます。

しかし、ご家庭の冷凍庫では、扉の開閉等により、マイナス18℃以下に保ち続けることが難しく、水分の蒸発や油の酸化などがゆっくりとした速度で進み、味や食感が落ちてしまいます。そのため、ご家庭の冷凍庫に未開封で保存して購入後2～3か月、冷凍庫のドアポケットであれば1～2か月を目安に召しあがることをおすすめします。

Q 袋が膨張していますが大丈夫ですか？

A 冷凍庫のドアの開閉などの少しの温度変化により、冷凍食品の表面についていた細かい氷の粒が昇華して、密封状態の袋が膨張したものです。商品の品質には問題ありませんのでお召しあがりいただけます。まれに、腐敗して膨張する場合がありますが、その際には腐敗した臭いがします。冷凍庫の温度管理には十分にご注意ください。

Q 冷凍食品に保存料は使っていますか？

A 冷凍食品には、保存料を使用していません。腐敗や食中毒の原因となる微生物が活動できないマイナス18℃以下の低温で保存するので、保存料を使用する必要がないのです。

Q パッケージ裏面の表の「凍結前加熱の有無」の欄に「加熱してありません」とありますが、どういう意味ですか？

A 「凍結前加熱の有無」については、食品衛生法によって表示することが定められており、製造過程で商品を凍結する直前に加熱したか、しないかを示すものです。「加熱してありません」という表示は、文字通り「加熱処理をしていないもの」に加えて、「加熱処理をしても、商品を凍結する直前には加熱していないもの」も指しており、必ずしも一切加熱していないという意味ではありません。

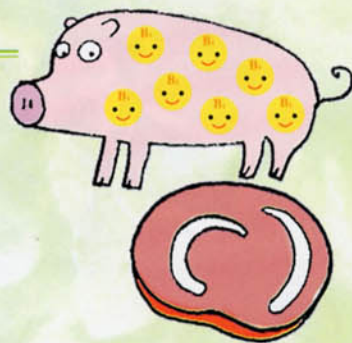


暑い季節は、スタミナをつけるためについついコッテリした物を食べたくなってしまいます。しかし、お肉を食べるには、カロリーもコレステロールも心配…という方いませんか？そんな時、豚肉なら安心なんです。

豚肉は「ビタミンB1の宝箱」

スタミナの元になる大切な栄養素がビタミンB1なのですが、現代人には不足しがちだと言われています。豚肉は牛や鶏などと比べてビタミンB1が数倍も多く含まれており、たった100g程度を食べるだけで、1日の所要量に達するそうです。しかも、熱に強く、調理しても失われにくいので、豚肉は有効なビタミンB1の補給源と言えるでしょう。

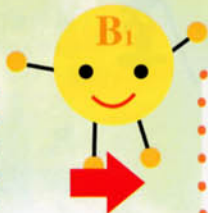
また、ビタミンB1は非常に体内に蓄積しづらく、汗や尿から体外へ排出されてしまうので、毎日摂取することが大切なのだそうです。



ビタミンB1はどんな働きをするのでしょうか。

ビタミンB1の働き

- 精神を安定させる働き
- 糖質の吸収・分解を補助し、エネルギーに変換する働き
- 中枢神経・末梢神経の機能を正常に保つ働き



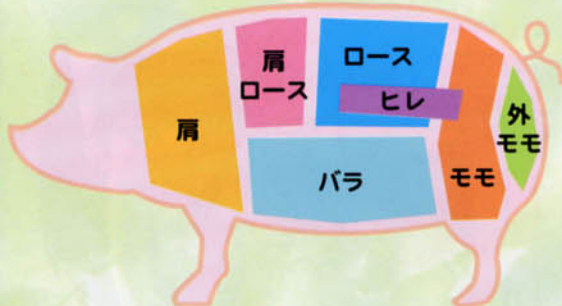
ビタミンB1が不足すると

- 疲れやすくなります。
- イライラや、怒りっぽくなります。
- 腎・肝臓の機能低下が起ります。
- 反射神経の異常も起ります。

このように、ビタミンB1が不足すると、体の機能が低下し「疲れ」の元になるのです。

豚肉のスゴイところ

—豚肉の部位—



しかし！それを助けてくれるのが、豚肉なのです。ビタミンB1以外にも、体を構成し、代謝機能を整えてくれるカリウム・リン・硫黄なども多く含まれているそうです。また、レバーの中には成長を促すビタミンB2、若さを保つといわれるビタミンEが多く含まれています。さらに、ヒレや肩肉には鉄分が多く貧血防止にも最適で、特に夏は貧血の人にとって体温調節がしにくくなりやすいので、植物性食品よりも高い吸収率の豚肉からの補給がいいそうです。

豚肉は牛肉と違い、1頭毎での味の違いや部位による差は少ないそうです。しかも、豚は十分に成長する前に食用にするので、全般に肉は柔らかいです。牛肉と比べても値段が安いので、毎日のお弁当や夕食の献立にも使いやすいかもしれませんね。

「ヒレはロースより低カロリー」ってウソ

「ビタミンは豊富でも、やっぱりお肉はカロリーも、コレステロールも高い」と思いませんか？豚肉の脂身は、血中コレステロール値を低下させる「脂肪酸」が多く含まれているそうです。また、脂身のあるロースは油を吸収しにくい性質で、脂身の少ないヒレの方は水分が蒸発し、余分な油を吸収しやすいそうです。両方を豚カツにして比較すると、脂質・カロリーはほとんど同じですが、コレステロール値は、ヒレカツの方が高くなるそう。肥満やコレステロール増加は、肉類の食べ過ぎではなく偏った食生活に原因があるといわれています。野菜とお肉、栄養バランスを考えた献立を考えましょう。



最後に豚肉の栄養を効率よく摂取できる方法を紹介しましょう。ビタミンB1は調理時間が短ければ短いほど失われにくいので、比較的早く料理できる揚げ物や炒め物等がいいでしょう。また、効率よく鉄分を摂るためにはビタミンCが不可欠なので、緑黄色野菜やフルーツと一緒に摂るといいそうです。特に昼食では、豚肉と野菜を使ったメニューにすればスタミナ補給もでき、疲れ知らずで健やかに夏を乗り切れるのでは？

創作折詰弁当の宅配専門店

秋篠亭



95-75 新朱黒(黒)
2,100円



小唄寿司本舗
創業明治25年



(紙ボックス別注)



(紙ボックス別注)



80-55
(黒カルプ)
1,000円



80-55
(黒カルプ)
1,000円

それゆけ ホクちゃん 「食べ過ぎて…」の巻



いつもの手順にちょっとなら 知って得ある裏ワザ☆



いつものお料理をもう少しきれいにおいしく仕上げたい！
という方に、ほんの一手間かけるだけで、さらに美味しいお料理が出来上がります。ぜひお試しあれ☆

■魚をきれいに焼くために…

魚に美味しそうな焼き色をつけるのはちょっと大変です。魚を裏返そうとすると、皮や身が網にくっつき、くずれてしまいませんか？それを防ぐには、焼き網に酢をると、酢の成分がたんぱく質を固めてくれ、綺麗に仕上がるそうです。酢をぬらない場合は網をよく焼いておくとういそうです。



■かたのお肉は酢を使おう

ちょっと固めのお肉は酢で洗いましょう。そして、1時間程度置いてから調理するとやわらかくなるそうです。



■魚の生臭さには塩水対策

魚の生臭さやぬめりがちょっと気になる時は、海水と同じくらいの塩水で洗ってみると、たんぱく質が固まり、旨みを閉じ込めることができるそうです。塩水で洗った後は水で洗い、水気を取りましょう。

■牡蠣を美白美人に！

牡蠣を分量の1/4程度の大根おろしに入れ、3分程置きます。そして、軽く洗うとぬめりが取れて、白くきれいになるそうです。



■パリッとジューシー唐揚げを作る

唐揚げは、外はパリッとして、中はジューシーなものが美味しいですね。その為には、下味をつけた後、冷蔵庫に入れ、揚げる直前まで冷やしておきます。水分が出にくくなりベトベトしないそうです。

■湿った海苔の再生法

海苔は袋に入れたままにしておくとすぐに湿気ってしまいます。そんな時は海苔の片面に油を塗り、塩を振りかけ、中火であぶれば元のようにパリパリになるそうです。ごま油を使うと韓国海苔風にもなるそう。海苔がくっついてしまい、あぶってもダメな時は、醤油とみりんを併用すると、新しい使い道が広がりますね。



其の壱
深玄
しんげん
シリーズ

其の貳
泰光
たいこう
シリーズ



◆85-85(二段会席)
外寸:263×263×111(H)
入数:40(中仕切セット梱包)

◆80-80(二段会席)
外寸:246×246×93(H)
入数:50(中仕切セット梱包)

◆75-75(二段会席)
外寸:231×231×93(H)
入数:50(中仕切セット梱包)

◆70-70(二段会席)
外寸:217×217×93(H)
入数:50(中仕切セット梱包)



其の参
朝見
あさみ
シリーズ

其の四
[]



DT60-40M
TCセット

A-PET



◎ドレッシング・薬味・ソースなどに

サイズ 60φ×31h

入数 5000(小袋:100)

フルーツ

—KFシリーズ—

PPF

KF-20A



サイズ 240×202×26(蓋20)
入数 600(小袋:25)

KF-20B



サイズ 240×202×26(蓋20)
入数 600(小袋:25)

KF-35A



サイズ 220×140×28(蓋20)
入数 1000(小袋:25)

KF-35B



サイズ 220×140×28(蓋20)
入数 1000(小袋:25)

KF-35C



サイズ 220×140×28(蓋20)
入数 1000(小袋:25)

蓋(OPS)はそれぞれKF-20・KF-35と兼用です。