



宅配だより

2024
4・5月

こんにちは。このたび会員のみなさまへちょっとした情報などお届けしてゆきたい！という思いから「宅配だより」を2カ月に1回お届けする事になりました。スタッフの身近な話題やお役立ち情報などをお伝えしていきますので、どうぞお楽しみに！（岡田）

フルーティーな天然酒を料理にも…？

4月に入りお花見シーズンが到来していますね（すでに終わっているかもしれませんが…）。お花見と言えば日本酒が定番かと思いますが、私がお花見におすすめするお酒は断然「天然酒」です！甘味とほのかな酸味があって、華やかでフルーティーな微炭酸のお酒です。一般的な日本酒とは全然違うので知らない方は飲むとびっくりすると思います。そんな天然酒ですが以前お客様から「料理に使うととてもおいしくなるよ！」と教えてもらったことがあったので、今回実際に試してみました。まず煮物に使ってみたのですが、フルーティーさは全然気にならず、とても味わい深く仕上がりました！次に日本酒と醤油を半々でマグロやイカの刺身を漬けて「漬け丼」にしてみたところ、醤油との相性抜群でとてもご飯にあってびっくりのおいしさでした！天然酒の持つ甘味や奥深い味わいがより料理をおいしくしてくれるのでしょうか。アルコールが苦手でしたら煮切ってもOKです。天然酒の旨味が直に味わえる「漬け」、おすすめです！（石川）



魚介の旨みたっぷり シーフードペペロンチーノ



◆材料（1人分）

冷凍シーフードミックス 60g、にんにく 1/2片、赤唐辛子 適量、オリーブオイル 大さじ1、パスタ 80~100g、塩 適量

◆作り方

①3%の塩水で冷凍シーフードミックスを解凍する ②パスタを茹でる ③フライパンにオリーブオイル、赤唐辛子、にんにくを入れ弱火で香りを出す ④解凍したシーフードミックスの水気を取り、3に入れて炒める。火が通ったら一旦お皿に取り出す ⑤茹であがったパスタと4をフライパンに入れ塩で調味したら完成！

もしあれば、仕上げにちょっと白だしを入れても美味です♪ 唐辛子は辛さの好みで量を加減してください。（池ノ内）

モズの不思議な習性

今年、実家にある庭の木でモズ（百舌）の習性である「はやにえ」で枝に蛙が刺されているのを発見しました。



モズがはやにえを作る理由は、古くから「冬の保存食」として12月頃に作り、2月~3月頃に食べていると言われていました。

しかし近年になって、じつは繁殖期2月以降に「恋を成就させるための栄養」として備えていることがわかりました。モズのオスは歌でプロポーズをするのですが、より魅力的にさえずってモテるために食べ物を蓄えている様です。自然界の生き物達の習性は、知れば知るほど面白くなりますね！（朝倉）