さむ～い日の夕飯はこれで決まり!!

からだを温める鍋関連商品

ぽっかぽか

冬も本番！寒い日が続きますね！みんなで鍋を囲んで、冷えたからだと心もぽっかぽかに！
お鍋によく合うヤマエの商品と、活用商品をおすすめのポイントと一緒にご紹介します！

南九州のぽん酢といったら甘口!!

薩摩ぽん酢 250ml 432円(税込)

ゆず果汁、黒酢、黒砂糖、胡麻と鹿児島県産の食材にこだわって作りました。
南九州ならではの甘口のぽん酢醤油は優しいお味で、酸っぱいのが苦手な方や、お子様にもおすすめです!!

湯とうふに！

その他にも…
鍋物　鳥刺し
温野菜　サラダ
などなど

南国宮崎の日向夏を使用！

日向夏ぽん酢 360ml 464円(税込)

宮崎県内で生産された日向夏と平兵衛酢、そして九州産ゆずの生絞り果汁を使用。
柑橘の風味がお鍋にぴったり!!さっぱりとしているので、お野菜がいくらでも食べられます!!ヤマエ食品の人気商品です!!

カニしゃぶに！

その他にも…
焼き魚　酢の物
和風サラダ　餃子
などなど

これ1本で、美味しい和食が完成!!

あまうまだし醤油 500ml 486円(税込)

忙しいお母さんの味方!!この１本だけで味付けがむずかしい和食がお手軽かんたんに完成!!だしとうまみのきいた甘口の味付けで家族も大喜び間違いなしです!!

すき焼きに！

その他にも…
肉じゃが　筑前煮
魚の煮物　きんぴら
お餅のつけ醤油
などなど

だし取り不要!これ1本で簡単鍋つゆ!

高千穂峡 白だし 500ml 356円(税込)

素材を生かし、味染みが良くなるように 独自の抽出製法で、贅沢な白だしを作りました。
コクを出すために使用した隠し味の蜂蜜がポイントです!活用方法はさまざま!色々な料理で役立ててください。

おでんに！

その他にも…　うどん
炊き込みご飯
茶碗蒸し　寄せ鍋
などなど

高千穂峡つゆ白だしを活用して今夜からあなたもお鍋名人!?

高千穂峡つゆ白だしと ?? をかけ合わせて、美味しいお鍋のできあがり!!意外と知られていない白だしの活用術をご紹介します。

白だし × 味噌

牡蠣の味噌鍋

まろやかクリーミー

白だし × ごま油

もつ鍋

にんにくと生姜を加えて

白だし × バター

鶏つみれバター鍋

お好みでブラックペッパーを

白だし × トマト缶

トマト鍋

子供も大好き洋風鍋

この他にも
白だし × キムチ
白だし × 豆乳
もおすすめです！

みそ屋がおしえる冬を元気に過ごす豆知識

こんな方法があったんだ！朝一杯のみそ汁で「温活」で健康に！

「温活（おんかつ）」とは、体温が低いといわれる現代人の冷え性を、様々な方法で改善していくことです。冬の健康づくりは冷え性改善から!!体温が1度下がると免疫力は30%も低下してしまいます。理想の平均体温36.5度をめざして病気に負けない生活を送りましょう!!

温活４つの方法で冷え性改善!!

1. 運動をして筋肉をつくる。
2. 毎日の食事を改善する。
3. ストレスを軽減する。
4. 生活環境を整備する。

これらの方法を行うことで、基礎代謝のUPをめざしましょう!!

そこでみそ屋がおすすめするのが

朝一杯のみそ汁で「温活健康」

皆さんは朝食をしっかり摂れていますか？
朝食は、からだにとって良いことだらけ!朝食を摂ることで腸内が活発化!
毎日のお通じがスムーズになります。すると、消化や血流が良くなり、からだ全体に酸素や栄養が届くので、体内はもちろんお肌もきれいに保たれるようになるんです!
そんな朝食にぜひ取り入れてほしいのが、みそ汁です!!
味噌は、麹菌のつくるアミノ酸や酵素の宝庫です。代謝を高め、からだを温める効果があるので、冬の朝の冷え切った体にぴったりの料理です!!

西郷どん味噌と体を温める野菜で「温活みそ汁」

NHK大河ドラマ放送決定!!
西郷(せご)どん
平成30年１月放送開始
詳しくはNHKのHPをご確認ください。

からだを温める根菜の山芋とにんじんを皮のまま使ってボリュームたっぷりの温活みそ汁で、朝から家族も元気いっぱい!

温活みそ汁レシピ

【材料】２人分

・やまいも	約10cm
・にんじん	1/2本
・だし	200cc
・西郷どん味噌	大さじ2
・刻みネギ	お好みで

みそ造りが得意だったという西郷どんのレシピを当時の文献を基に、ヤマエが再現しました!

西郷どん味噌（麦みそ） 600g 540円(税込)

【作り方】

①. やまいも、にんじんは皮つきのまま洗って、短冊切りにします。
②. ①を鍋に入れて、だしと一緒に火にかけます。
③. 野菜が好みの柔らかさになったら、火を止めて味噌を溶かして完成！
④. お好みで刻みネギをちらしても美味しいです。

ヤマエ ご愛顧いただいております お客様の声

変わらぬご愛顧ありがとうございます。

リピーターになりました！

おいしいです！鹿児島市の西郷隆盛カフェでパッケージにつられて買ったのがはじめてですが、おいしくてもうすでに２回送ってもらっています。
昔ながらの麦みその味がします。

Kitty様

注文してからすぐ届きました！

こちらのお味噌は、鶏肉、豚肉でお汁をつくる際にいつも使用しています。根菜とも相性が良く、大変重宝しています。

ハニコさん様