

きくらげ通信 9号

旨味トマトとキクラゲの彩り和風うどん



■材料 (1人前)

- ・キクラゲパウダー入りうどん (細) 1束 (150g)
- ・トマト (さいのめ切り) : 1個
- ・めんつゆ (ストレート) : 100ml
- ・かつお節 : 1パック
- ・オリーブオイル : 小さじ1
- ・粗挽き黒胡椒 : お好みでたっぷり

★ポイント

- ・うどんは茹で過ぎず、冷水でしっかり締めることでコシと食感をアップ。
- ・トマトは新鮮なものを使うと甘みと彩りが際立つ。
- ・粗挽き黒胡椒はアクセントになるのでたっぷりがおすすめ。

■作り方

- 1.うどんを茹でる
鍋にたっぷりのお湯を沸かし、袋の表示通り (7~8分) に茹でる。
茹で上がった後冷水でしっかり洗い締めて、ぬめりを取り、水気を切る。
- 2.つゆを作る
ボウルにトマト、めんつゆ、オリーブオイル、粗挽き黒胡椒を入れよく混ぜる。
- 3.盛り付ける
器にうどんを盛り、つゆをかける。
かつお節をふわっとのせ、お好みでさらに黒胡椒を振って完成。

代表日記



こんにちは！小池です。

7月10日、加須市のデイサービス「リハスタジオプラス」さんにて、「キクラゲクッキー作り&キクラゲうどん昼食会」を開催しました！

クッキー作りでは、皆さん笑顔で取り組まれ、「普通のクッキーと変わらず美味しい」と嬉しいお声をいただきました。

キクラゲうどんも好評で、とても嬉しく思っております。

これからも、地域の皆さまの「健康と笑顔につながる活動」を続けていきたいと思っております。



キクラゲを活用して
ダイエットに成功！？した
お客様にインタビュー！

道場 アキヒコ様 46歳

お住まい 埼玉県草加市

Q キクラゲを使ってみようと思った理由は何ですか？
A ダイエットです。常にダイエットしているので。

Q お気に入りの食べ方・使い方があれば教えてください！
A できるだけ毎日食べようと思っているので、常に新しい食べ方を模索していますが、やっぱり王道の「キクラゲと卵炒め」が一番好きです。

Q ウッドイヤーのキクラゲを使って、感じた変化・良かった点はありますか？
A 停滞していた体重が、キクラゲを摂るようになって、またするすると落ち出しました！ついでに、快腸です！

Q ウッドイヤーの新商品「キクラゲうどん」はもう食べましたか？
A 食べました！蕎麦が好きなので、するっと食べられる細麺がお気に入りです！
A ダイエットとしては罪悪感なく食べれるのも嬉しいです(笑)
道場様、ありがとございました！

夏野菜は“体を冷やす”って本当？

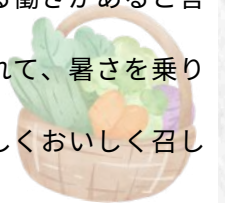
夏野菜は“体を冷やす”って本当？

キュウリ、ナス、トマト、ゴーヤなどの夏野菜。

これらは水分を多く含み、体の熱を下げる働きがあるとされています。

昔の人は、こうした食材をうまく取り入れて、暑さを乗り切っていたんですね。

さっぱりした料理に取り入れると、夏らしくおいしく召し上がれます。



実は…ペットサプリも販売しています

ウッドイヤーでは、ワンちゃんの免疫力をアップさせる国産キクラゲ・貝化石配合のサプリ「免疫wan-wan」の製造／販売も行っております。

「ワンちゃんにも健康で長生きをして欲しい」そんな想いを込めています。

興味のある方は、下のQRコードから詳細をご確認ください。



---発行元---

会社名 : 株式会社ウッドイヤー
住所 : 〒347-0003
埼玉県加須市上樋遣川4214-1
営業時間 : 月曜日～土曜日 (9:30~16:00)
※日曜・祝日はお休み
電話番号 : 0480-44-9955



QRコードを読み取ってLINE登録して頂くと、簡単に来店予約ができます！
クーポン情報やきくらげレシピをお届けしているので、ぜひご登録を！

きくらげ通信10号は、10月の中旬頃に発行予定！お楽しみに！