



伊勢醤油だより

第八号

平成二十六年六月吉日

伊勢の海からの贈り物。

三重の「海女料理」を 伊勢醤油で作ってみませんか。

三重県には全国の半数以上を占める海女さんがいます。もちろん日本一。昭和53年頃全国で9,000人以上いた海女さんは、直近のデータでは2,074人(平成22年、海の博物館調査)。そのうち、三重県は973人とされています。

最近でこそ若い海女さんがマスコミで取り上げられています。配の方がしめします。海女さんのパワーはどこにあるのでしょうか。今回、鳥羽・相差(おうさつ)の海女の中村美智子さんに、その海女さんのパワーについて聞いてみました。美智子さんは、3月末に東京・日本橋の「三重テラス」での催事「三重しゅうゆ街道」の企画「海女料理の体験コーナー」で実際に海女料理を作り、都内のお客様にふるまってくさいました。

「あらめの炒め物」「荳わかめの佃煮」「あおさのお吸い物」「あわびの炊き込みごはん」

特に「あらめ」は最強の海藻で、三重県での生産量は日本一。栄養成分が豊富なのはいうまでもなく、これを食べると「体によく、いつもパワフルで、きれいになれる」と海女さんの間ではいわれています。そして実は、「あらめ」はアワビのエサなのです。そんなあらめをはじめ、わかめ、めかぶ、ひじき、あおさ：伊勢の海からの贈り物と伊勢醤油を使った最強「海女料理」をご紹介します。



鳥羽・相差の海女さん

取材協力：鳥羽商工会議所 相差の海女さん 中村美智子さん



海女料理の体験には、三重県・鳥羽から海女さんが東京・日本橋にやってきました。



海女さんが実際にキッチンにたって、「海女料理」をふるまいました。

【あらめとは】 ◆昆布の仲間 ◆三重県(主に伊勢志摩!!)のあらめの生産量は年間200トン **日本一!!!**

(栄養・成分)100gあたり

- 食物繊維 54.8g (ごぼうの6.5倍!!)
- ベータカロチン 2800μg (トマトの7倍!!)
- タンパク質 11.2g (豆腐の11倍!!)
- カルシウム 1200mg(牛乳の12倍!!) など

三重大学 農学博士・天野秀臣氏によると…

「あらめ」は、大腸癌の予防や血糖値を下げる食物繊維のアルギン酸、鉄分や血圧を下げる効果の高いカリウム、骨を強くするカルシウム、ベータカロチンより効果の高いフコキサンチンを豊富に含んでいる。また、体内の代謝を活発にする酵素や、味覚を正常に保つ効果を持つ亜鉛も多い、優れた健康食品でもある。



アワビのエサはあらめ

伊勢のおもてなしに、選りすぐりの逸品を。

「和」を極める。素材にこだわる。伊勢のおもてなしが伝わる。

伊勢醤油 吟香仕込み

伊勢のおもてなしの心が込められた醤油です。素材の良さを引き立てながらもしっかりした醤油の味わいも楽しめる、伊勢だからこ生まれた醤油です。



100ml 432円(税込) 360ml 594円(税込) 720ml 1,080円(税込)

伊勢醤油で炊いた かつお 鰹とはなびらたけの しぐれ煮(柚子風味)

三重県鈴鹿市で生産された肉厚でシャキシャキ・コリコリした食感が特徴の「はなびらたけ」を使用。柚子の香りが食欲を誘います。



65g 550円(税込)

伊勢醤油で炊いた ぶり 鰯のそぼろ煮(山椒風味)

三重県尾鷲市で加工された鰯を使用。中骨の周りに特に旨みが増した部分のみを使用し、伊勢醤油でじっくりと炊き上げました。



65g 550円(税込)

伊勢醤油 吟香仕込み スクイズボトル

華やかで芳ばしい香りや味わいの深い濃厚な旨みをフレッシュキープ機能を兼ね備えた新鮮ボトルにより、最後まで新鮮なまま、おいしくお召し上がりいただけます。



200ml 565円(税込)

伊勢醤油で仕込んだ 調味料シリーズ

伊勢醤油の華やかな香りと深い旨味を生かし、それぞれのお料理を美味しくお召し上がりいただけるように仕込んだ料理用調味料です。伊勢醤油本舗の味へのこだわりが詰まった調味料をお試し下さい。



200ml 463円(税込) 200ml 550円(税込) 200ml 463円(税込) 200ml 463円(税込)

伊勢醤油 和風つゆ

四季折々のあらゆる和風料理に。うすめるだけでご家庭の料理を上品な料亭の味に仕上げます。



360ml 648円(税込) 500ml 864円(税込)

伊勢醤油 ぼんずしょうゆ

伊勢醤油と徳島産の柑橘果汁、焼津の鰹節など、全国から選りすぐった素材で作りました。まろやかな酸味とだしの深みで料理人にも評価の高い一品です。



360ml 648円(税込) 500ml 864円(税込)

伊勢うどんのたれ

度重なる試作の末にやっととり着いた納得の味わいの「伊勢うどんのたれ」。伊勢醤油のすっきりとした旨みと、たまり醤油のどっしりとした旨み、しっかりと効いたかつお節の風味が作り出す味わいは、通も唸らせる納得の伊勢うどんのたれです。*この商品は本舗ではお取り扱いがございませんのでご注意ください。



200ml 463円(税込)

伊勢醤油 牡蛎醤油

志摩・的矢の佐藤養殖場で育てられた「のり」の旨みと、かつお節の風味を凝縮した牡蛎醤油。



120ml 648円(税込)

伊勢の魚醤 鯛醬(たいびしお)

三重県産の新鮮な鯛だけを使って仕込んだ鯛の魚醤。うすめるだけで、鯛の上品な香りと旨味のお吸い物が楽しめます。



120ml 540円(税込)



伊勢焼きうどん

伊勢醤油を焼いた香りがたまらない、おかげ横丁の新名物メニュー。2人前 620円(税込) *たれのみの盛り入りもごさいます



サクサクお米煎餅

伊勢焼きうどんのたれで味付けしたサクサクのお米煎餅は一度食べたらやめられないクセになる美味しさ。サクサクの生地も三重コシヒカリ100%にこだわっています。8枚入り 463円(税込)

伊勢醤油 たがね

もち米とうるち米でついた生地は、米のつぶつぶが残る独特の食感。伊勢醤油の香ばしい香りとシンプルな味わいは、時代をこえて今も伊勢路の味を伝えています。10袋(20枚入) 540円(税込)

ご自宅使いにお得な6本入りがおすすりめです。

伊勢醤油 吟香仕込み (720ml×6本) 通常 ¥6,480(税込) のところ 特別価格 ¥6,000(税込)	伊勢醤油 和風つゆ (500ml×6本) 通常 ¥5,184(税込) のところ 特別価格 ¥5,000(税込)	伊勢醤油 ぼんずしょうゆ (500ml×6本) 通常 ¥5,184(税込) のところ 特別価格 ¥5,000(税込)
---	--	---

化学調味料無添加
醤油屋がこだわって作った和風だし。
鰹と昆布といりこ、ほんのり香る醤油のバランスの良さで発売直後から大好評です。

8g×5パック入 390円(税込)
8g×10パック入 670円(税込)
8g×30パック入 1,940円(税込)

【お問い合わせは】
伊勢醤油本舗
三重県伊勢市宇治中之切町52

商品情報は平成26年7月1日現在のものです。今後、消費税の変動により、価格が変更になる場合がございます。
お電話 **0120-093-716** 通話料無料 (9:00~17:00 土・日・祝を除く)
インターネット <http://www.isesyoyu.co.jp/> 伊勢醤油 検索

伊勢醤油本舗 この夏登場の新製品

三重県は「あおさ」生産量全国第1位。
その中でも、色と香りの良いものだけを厳選し、三重県産あおさを極めました。
この地の優先素材にとことんこだわった、最高級のあおさを贅沢に使った商品です。
他には、「お醤油屋さんの縁起飴」も発売します。
伊勢醤油本舗とお客様との「縁起」の品として、ホッとする味わいをお楽しみください。



200ml
650円(税込)

三重県の波の静かな河口付近には、毎年春になると濃い緑色のあおさが付いた網が海上いっぱいになり、草原の様になります。「あおさ醤油」はこの厳選された三重県産あおさを伊勢醤油に、じっくりと48時間以上かけて漬け込み、香りと旨味を抽出しました。フタを開けた瞬間に磯の香りと醤油の香りが漂い食欲をグッとそそります。アツアツのごはんに卵をのせて「あおさ醤油」をかけて食べる卵かけごはんはまさに絶品、クセになる味わいです。その他冷奴にかけたり、焼おむすびなどシンプルな料理との相性は抜群です。容器は新鮮ボトルなので、新鮮なあおさの香りを最後の一滴まで、お楽しみいただけます。

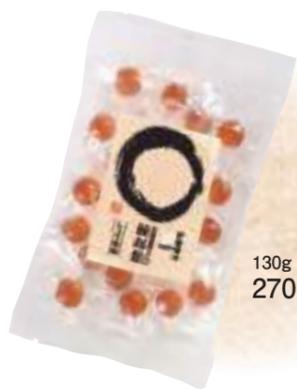
あおさ醤油
スクイズボトル

鯛醬を使った
あおさ茶漬け

お醤油屋さんの
縁起飴(しょうゆ味)



3食入 600円(税込)



130g
270円(税込)



本品は、「伊勢の魚醬 鯛醬」を使用しただしつゆと、厳選した三重県産の乾燥あおさを各3食ずつセットにしました。鯛の旨味とあおさの新鮮な香りを凝縮した化学調味料・保存料・着色料不使用の伊勢のおもてなし茶漬けです。お召し上がり方は簡単。茶碗にごはんを盛り、あおさを入れ、お湯で希釈しただしつゆを茶碗に注ぎ入れます。わさびを入れると一層おいしくなります。アレンジメニューとして夏はお湯ではなくお水で希釈すれば冷やし茶漬けとして、だしつゆを希釈しお椀に入れたあおさに注げば吸い物として楽しめます。

「お醤油屋さんの縁起飴」は「しょうゆ辛い」ものではなく「甘露飴」のような、優しい甘さが特徴です。口に含んでいると昔懐かしい味わいが広がり、優しい気持ちになります。ぜひ、旅のお供にどうぞ。

おかげ横丁・伊勢醤油本舗本店の「伊勢醤油あげまん」が復活しました。
半年間、お休みしていましたが、「伊勢醤油あげまん」が、皆様のリクエストにお応えして復活しました。生地がふわっと、口あたりまるやか。これからは皆様にもっと親しんでいただくこととあらたにロゴ入りの袋に入れました。味もより美味しくなりました。皆様のお越しをお待ちしています。



◆ あらめの炒め物 ◆

◆材 料(4人分)
乾燥あらめ…20g、パプリカ…1/2個、ほうれん草…2束、ごま油…小さじ1杯
調味料：伊勢醤油…大さじ1杯、だし汁…100ml、砂糖…小さじ2杯、みりん…小さじ1杯
◆作り方
①あらめをたっぷりの水で30分戻し、水洗いした後、ザルで水切りをします。
②パプリカは斜めに細切りにし、ほうれん草は一口大にざく切りにしておきます。
③鍋で調味料を合わせ、①のあらめを加えて、水気が無くなるまで煮込みます。
④フライパンにごま油を引き、パプリカとほうれん草をさっと炒めます。
⑤パプリカとほうれん草がしんなりしたら、火を止めて、③と混ぜ合わせたら出来上がりです。
※パプリカやほうれん草の代わりに、大根やきのこと類でも良く合います。



◆ 伊勢ひじきごはん —伊勢醤油仕立て— ◆

◆材 料(2合分)
乾燥伊勢ひじき…8g、人参…2cm、油揚げ…1/2枚、鶏もも肉…60g、米…2合、だし汁…420ml、酒…30ml、伊勢醤油…大さじ1.5杯、鯛醬…大さじ0.5杯、塩…少々
◆作り方
①お米を洗い、ざるにあげて約20分おきます。
②伊勢ひじきをたっぷりの水で30分戻し、水洗いした後、ザルで水気を切ります。伊勢醤油を少々まぶしておきます。(分量外)
③人参はせん切りにし、油揚げはみじん切りにします。鶏もも肉は余分な脂を取り除き、1cm角に切ります。鶏もも肉に酒と伊勢醤油各少々をまぶしておきます。(分量外)
④炊飯器に、①と②と③を合わせて炊き込みます。炊き上がったらお茶碗に盛り、木の芽などを添えたら出来上がりです。



◆ めかぶのお吸い物 ◆

◆材 料(4人分)
乾燥めかぶ…10g、だし汁…400ml、鯛醬…大さじ2杯
◆作り方
①ボールに入れた乾燥めかぶに熱湯を注ぎ、ザルで水を切ります。
②だし汁に鯛醬を加え温めます。
③お椀に①のめかぶを入れ、②のだしをそそげば出来上がりです。



海女料理の主役は通販で

寛政年間より伊勢の地で、ひじきやわかめ、あらめなどの海藻を販売する北村物産の選りすぐりの逸品。

伊勢醤油本舗通販にてお取り扱い致します。期間：2014年12月末迄



伊勢志摩産 刻みあらめ
あらめ本来の風味を壊すことなく、柔らかく、すっきりした味わいに仕上げました。
50g 378円(税込)



伊勢志摩産 芽ひじき
伊勢志摩の荒磯で採取された原藻をひじき本来の味を引き出す伝統製法で仕上げられています。
35g 540円(税込)



伊勢志摩産 刻みめかぶ
伊勢志摩の栄養豊富な海域で採取されたわかめの根部分を乾燥させて細かく刻みました。
30g 540円(税込)

「海女料理レシピ」で、ゲンキ↓きれい↓いつも健康、を目指したい。

「伊勢ひじきごはん」と、海女のサラダ「あらめの炒め物」と「めかぶのお吸い物」。地味だけど「滋味」に富む海女料理。



海女小屋 相差かまど