



## 1 和歌山

うつぼ揚煮  
 <日本商事さん>

海のギャングとも言われ、見た目が恐ろしい「うつぼ」ですが、南紀では昔から食べられている貴重な食材です。お酒飲みが好きな食感です。



## 2 鹿児島

オクラっ娘  
 <中園久太郎商店さん>

指宿市はオクラ生産量日本一！オクラの緑色を保ち、醤油漬けにしました。指宿の鰹節もふんだんに使用。オクラをいつでも手軽に食べられます。



## 3 岩手

鯖しいたけ煮付缶  
 <丸友しまかさん>

県立宮古水産高校×岩手県立大学のコラボ企画からはじまった商品。三陸産サバは大型の秋サバだけに限定し、宮古産の原木しいたけも肉厚のものを厳選しています。



## 4 福島

燻製めひかりのオリーブオイル漬  
 <いわきオリーブさん>

いわき市の魚「メヒカリ」は下処理に、一度干してから燻製するという手間をかけることで、美味しいオイル漬が出来上がります。骨も丸ごと召し上がれます。日経プラス1「何でもランキング」で1位に選ばれた逸品です。



## 5 千葉

元気豚ジャーキー  
 <ジェリービーンズさん>

兄弟豚を同じ部屋で育てる、飼育場所の移動も1回に抑える、ストレスをかけず元気に育てた千葉県の「元気豚」。脂身も使用し、柔らかさを残したジャーキーです。

### 簡単アレンジ



#### オクラっ娘のアレンジ

そのままはもちろん、刻んでお豆腐やサラダのトッピングに。長芋の細切りなどと和え、醤油を少々、和え物にも良いです。



#### 缶詰の温め方は「湯煎が一番」

缶詰の蓋をちょっと開けておきます。鍋に缶詰の高さの半分のお湯を沸かし、沸騰したら缶詰を入れて火を止めます。



## 東京

### おまかせ豆菓子

<小林製菓さん>

豆菓子づくり一筋50年。100種類以上ある小林さんの豆菓子は、日本を飛び出し海外でも人気です。皆様も召し上がったことがあると思います。