



1

山形

さくらますのコンフィ
くみさきの一軒家さん

EXバージンオリーブオイルを贅沢に
使い、低温の油でじっくり煮ることで、
上質な脂がのったさくらますを、
しっとり柔らかくに仕上げました。



2

島根

三瓶の裾野 えいみりん干し
く岡富商店さん

地元島根県産「一日漁」の新鮮な魚で
干物や珍味を作る岡富さん。島根県沖で
獲れたえいのヒレを白タレと唐辛子で
仕上げた上品なみりん干しです。



3

岐阜

のりまきあられ
く山本佐太郎商店さん

一見よくあるあられですが、たまり
醤油、粗糖、米あめで作った特製
たれ、有明産の海苔、食べてみると
その美味しさの違いが分かります！



4

滋賀

ピワコnoメグミ芋けんぴ
くルミエルさん

地元野洲市の農家さんと協力し、滋賀県産のさつま芋でけんぴを
作りました。おつまみにおススメのおおさのりしお味。細さが
良いです！（が、一度に大量に食べると口の中を怪我しそ
うですので、少量ずつ召し上がれ！）



5

熊本

アピオスレトちゃん
くくまひとさん

健康マニアなくまひとさんが除草剤、農薬を一切使わず育てた
アピオスです。加熱済なので、袋を開ければ簡単に食べられます。
味付けをしていないので、アピオスのほくほくとした食感と甘さを
抑えた栗のような味わいを楽しめます。

簡単
アレンジ

【アピオスのアレンジレシピ】

・大きいアピオスは食べやすい大きさにカットして
細切りしたベーコンと一緒に、バター、
塩コショウで炒めます。
お好みでピザ用チーズをかけて。

・サラダのトッピング(ドレッシング)、
素揚げ(塩コショウ)など
お好みで味付けしてください。



おつまみ豆知識

アピオスって何？

北米原産のマメ科の野菜で、日本では主に青森で栽培されています。
ヤーコン、キクイモと並ぶ「世界三大健康野菜」の一つです。
「1日3個食べれば元気回復」「畑のうなぎ」といわれるほど栄養満点の野菜です。

