

おいしく健康に!

ぼりぼりり

コープの隠れた人気商品「coop ぽりぽり小魚」。国内で獲れたカタクチイワシを 原料に、食べやすい小袋入りで、手軽においしく栄養を補給できる一品です。 ぽりぽり小魚の魅力について、製造している株式会社オカベさんに聞きました!

カルシウム 気になり ませんか?

カルシウムは人間の体に最も多く含まれているミネラルで、体内にあるほとんどのカル シウムは、骨や歯に存在しています。

1日の推奨摂取量は、成人男性700~800mg、成人女性650 mgとされています。 (日本人の食事摂取基準2020年版)(厚生労働省ホームページ『e-ヘルスネット』より)



ぽりぽり小魚の特長!

国産カタクチイワシを 100%使用

しょうゆと砂糖で甘辛く味付けした、 食べだしたら止まらないおいしさ!

1袋4.5gでカルシウム54mgを とることができます。

小腹がすいたときや子どものおやつ、 おつまみにも!

食べきりサイズの小袋

ひとことメモ / 日本で流通している「いわし」は3種類!







原料のカタクチイワシの特徴

- ●下あごが小さく、上あごが突き出ている。
- ●10 c m程度と小型

瀬戸内海はカツオやマグロなど大きな 魚が入ってこないため小魚天国!

ぽりぽり小魚には、瀬戸内海と九州の沖で獲れた 新鮮なカタクチイワシを使用しています。

ぽりぽり小魚の製造工場がある愛媛県と、広島県、香川県は、連携して休漁期間 や定期休漁日を設け、カタクチイワシを獲りすぎないよう取り組んでいます。

こだわりPoint!

まいわし

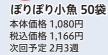
- ●食品添加物不使用
- ■ぽりぽり食感 調味の時間、調味料の濃さなどを調整し、 何度も試作・改良を繰り返しました。
- ●子どもでも食べやすい、苦味の抑えられた商品

ただ砂糖で甘くするだけでなく、しょうゆや発酵調味料と 呼ばれるみりんのような調味料を組み合わせることで、 おいしく食べられるように味付けしています。

最初は「ごまいりこ」という名前になるところ、 もっと楽しくて特徴が伝わる名前を!と考えた 結果、「ぽりぽり小魚」に!



ぽりぽり小魚 15袋 本体価格 278円 税込価格 300円 次回予定 2月3週





🚣 組合員お気に入りの声

箱入りを利用しています。カルシウム の補給、他のお菓子と食べられて甘 味が少なく栄養もあります。

(70代/岐阜市 プラスさん)

今まで色んな食べる小魚を試しまし たが、生臭い物や食感が良くない物 などなど…。生協の「ぽりぽり小 魚」は本当においしいです! (60代/可児市 みいさん)

ぽりぽり食感が止まりません。手軽に 小魚を摂取できて助かります。 (40代/美濃加茂市 ぴよよんさん)

おいしいです。魚をあまり好まない子 どもがぽりぽり食べるので、気軽にカ ルシウムがとれてうれしいです。 (50代/各務原市 かおりんさん)

ちりめん(しらす) かえり ~3cm 4~5cm程度 使い方

カタクチイワシは成長過程によって 呼び名が変わります。



中羽(ちゅうば) 8~9cm程度

大羽(おおば) 10cm~

← そのまま、または味付けするなど丸ごと食べます。

主に出汁に使われます。-

ぽりぽり小魚は「かえり」

サイズの煮干しを使用 かえりはそのまま食べるのにちょうど良いサイズで、内臓の苦味も比較的弱いです。

小羽(こば)

6~7cm程度

ぽりぽり小魚ができるまで ~



西日本近海で獲れたカタクチイワシを使用。



塩水で煮る

水揚げからおよそ 30分以内にせい ろに広げ、滅菌し た海水で煮る。



機械でサイズを選別したり、除塵機や帯 電式異物除去装置などを使い異物を除去 していく。



調味

熟練の職人が、魚が くずれない絶妙な 力加減で混ぜる。



第1の工場から送られてきた小魚を、再度 人の目でダブルチェック。



防湿気密の高い フィルムで包装。 再度、金属探知機

と重量確認を行う。

~~\ぽりぽり小魚について株式会社オカベさんに聞いてみました/**____**

0

そのまま食べています。お料理やお菓子へのアレンジ方法があれば教えてください。 (岐阜市 冬なななさん)



【小魚チーズチップス】

ぽりぽり小魚2袋、ピザ用チース 40g

ぽりぽり小魚のトにピザ用チー ズを乗せ、500Wの電子レンジ で1分30秒~2分ほど加熱して できあがり。

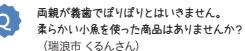


【大豆と小魚の甘辛炒め】

ぽりぽり小魚2袋とCO・OP大豆ドライパック 60g、砂糖大さじ1、しょうゆ小さじ2 砂糖としょうゆをフライパンに入れ中火で加熱。

全体がふつふつと泡立ってきたら大豆ドライ パックを加えかき混ぜながら炒める。汁気がなく なったらぽりぽり小魚を加え、混ぜたら完成。







「しっとりやわらか小魚」という名前で、煮干しをリンゴ酢

で味付けした商品があります。コープのお店で取り

扱いがあります。※一部店舗で取り扱いがない場合があります。

(可児市 Benチャロさん)

