

写真はイメージです



おすすめ商品

共同購入

子ども用に骨をとらなくてすみ、自分から食べてくれます。塩焼きはもちろん、みそ煮にも。脂ののっているため美味しいです。

DEKO モニター 岐阜市 匿名

「骨ぬきサバ 三枚おろし」

1. 商品特徴

ノルウェー近海で水揚げされる脂の乗ったサバを原料に、迅速に3枚おろし加工した後、1枚ずつ丁寧に骨ぬきした商品です。「お子様や年配の方が骨を気にせず魚を食べたい。」という想いからできたこの商品は、現在東海コープのサバ加工品人気 No.1 の評価を頂いています。

2. こだわり

原料のこだわり

脂のりがピークになる頃漁獲され、水揚げ後、工場に横付けし船倉からポンプで汲み上げられる為、獲れたての状態です。すぐに急速凍結されます。

加工方法のこだわり

ノルウェーで凍結された原料は、一路中国へ。中国の加工工場では、とれたての鮮度を保つ為、熟練された技術で凍ったままサバを3枚おろしにしています。またその後も低温管理しながら1枚ずつ丁寧に骨ぬき加工をしています。

製品のこだわり

「骨ぬきサバ三枚おろし」は1袋あたり3枚入っています。ノルウェーサバは脂のりが良いため、冷凍庫に長い間入れておくと酸化(脂焼け)しやすいという短所があります。この為1枚ずつ真空パックして酸化をなるべく防ぐような形にしてお届けします。

3. レシピ

フライパンで作る【骨ぬきサバの照り焼き】

調理時間 5分

材料(4人前)

骨ぬきサバ2枚(4切)、
酒大さじ1、しょう油大さじ2、マーマレード
ジャム大さじ2

作り方

- ①フライパンに油をひき、皮目の方から先にして両面を焼きます。(油をふき取る)
- ②臭みを取るため、湯50cc位をフライパンに入れ、蒸発させる。(残ったらペーパータオルでふき取ること。)
- ③酒・しょう油・マーマレードを入れ、からめて出来上がり!



今月のおすすめ

恵那店から

「新さんま」

写真はイメージです

秋といえば、食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋...そしてやっぱり、さんま(秋刀魚)の秋です! 塩さんま・冷凍ものなど一年中出回りいつもお店に並んでいます。これからの季節(9月末から10月頃)が一番脂のりが美味しいです。



恵那店では、組合員さんの利用用途に合わせて品ぞろえしています。

栄養価たっぷりのさんまを召し上がって下さい。

- 1 尾のまま
- 2 3枚おろし
- 3 開き
- 4 頭・内臓を取ったもの
- 5 刺身
- 6 ぶつ切り

新さんまは塩焼きが一番ですが、焼き物、揚げ物、煮物、和え物など調理をお楽しみ下さい。



水産部門からのおすすめ

- ◎シンプルに大根おろしにポン酢、こしょうを振ってレモン汁など、新さんまの味をしっかりと味わって下さい。
- ◎カレー粉をまぶして揚げると臭みも気にならなくなり美味しいですよ。
- ◎3枚おろしや開きにして、蒲焼き、竜田あげにすると食べやすく子どもにも大人気ですよ。

◎くっつかないアルミホイルやクッキングシートを使ってフライパン調理後片付けも簡単ですよ。



コープのお店

お買い物情報

9月

9月4日(日)は5%OFF!!

毎月第1日曜日はレジにて全品5%OFFセールを実施しています。
※一部対象外商品があります。

「た〜んとありがとう」キャンペーン

9月1日から30日の間に、コープのお店で総額2万円以上ご利用頂いた組合員さんにおトクなお買物割引券プレゼント!!
※精算時、レジで組合員証(コープカード)を提示くださった方が対象です。

組合員証カード提示でおトク!!

レジで組合員証(コープカード)を提示していただくと、お値打ちにご利用いただける商品があります。



毎月「3日」「13日」「23日」は、「子育て家庭応援キャンペーン」

「ぎふっこカード提示」で、お好きな商品1品レジにて10%OFF!
※一部対象外商品があります。※カード提示は清算時お一人様1枚限り。



コープのお店のお買い物情報をメールでお届け!!

お店のお買い得情報やイベント企画、登録会員だけのおトクな情報を週に一度、携帯メールにお届けします。



登録は簡単です

9月は休まず営業致します。

長良店… ☎0120(863)948
多治見店… ☎0120(863)957

可児店… ☎0120(863)965
芥見店… ☎0120(147)185

恵那店… ☎0120(057)302
尾崎店… ☎058(383)2655

本部窓口のご案内

- コープベル…………… ☎0120(706)887
- 共済について…………… ☎0120(161)913
- 住まいに関する相談…………… ☎0120(706)866
- チケットに関する相談…………… ☎0120(806)863

- DEKO編集部…………… ☎058(370)6875
FAX058(370)6860
- くらしたすけあいの会…………… ☎058(370)6876
- 福祉サポートセンター…………… ☎0120(414)294
- 葬儀に関するご相談…………… ☎0120(176)038

共同購入についてのお問い合わせは各支所まで。各支所のフリーダイヤルは、商品案内の最終ページに案内しています。

