



しあわせな食卓と、 お取り寄せ

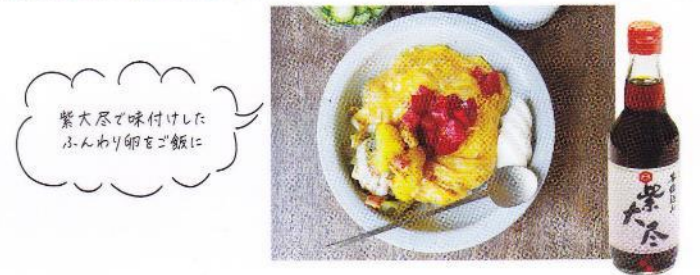


料理が品よく
仕上がります

料理家
飛田和緒さんおすすめ
紫大尽



ゆず味噌にして
根菜に添えるだけ



紫大尽で味付けた
ふんわり卵をご飯に



ほっとする
素材な味わいです

随筆家
山本ふみこさんおすすめ
ひっぽの元気な味噌

おいしいものを知る人たちのお取り寄せリストから厳選！
毎日のごはんが楽しくなる
ちょっと「いいもの」集めました。

カルディ 無印良品 成城石井 コストコの
スタッフが選ぶおすすめグルメ40選



アスリートフード研究家
池田清子さんおすすめ
三州三河みりん



雑貨店「hal」店主
後藤由紀子さんおすすめ
cotton(食パン)



料理家
中川たまさんおすすめ
かかんのよだれ鶏のタレ

まろやかな
深い甘みが格別



どっしり
モチモチ!



冷ややっこや
和え麺にも合う



026

アメリカ発のホットソース 濃厚クリーミーでリッチな旨辛

Hot Sauce Bar

ローストペッパー Roasted Pepper

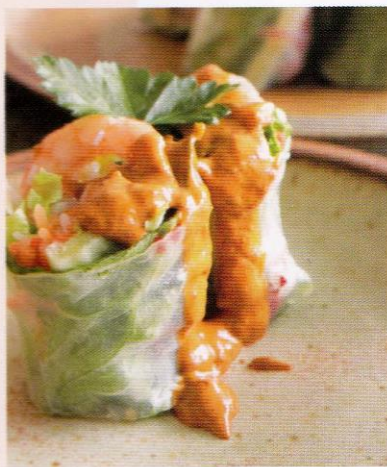
148ml ¥1,800

<https://www.hotsauce-bar.com>

スモーキーな風味と自然な酸味が特徴。
5種類の唐辛子を焼き上げて
作ったホットソース。



スモークしたスパイスが好き
でやみつきに。タコスはこちら
ろん、フィッシュアンドチップ
スやサラダ、生春巻きなども
相性抜群です。



09

料理家・フードスタイリスト

安藤千英さん



細胞レベルで生まれ変わる食事法・ローフ
ード発酵LAB主宰。料理教室、企業のレシピ開
発など、幅広く活動中。
@rawfoodhacolab

027

太古の自然から生まれた 花びらみtainな繊細さ

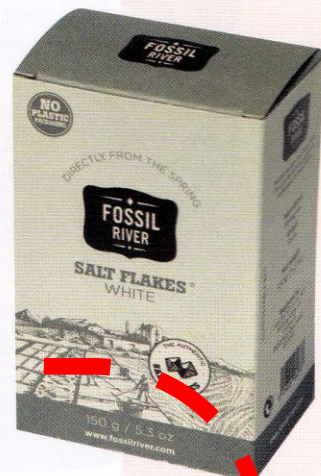
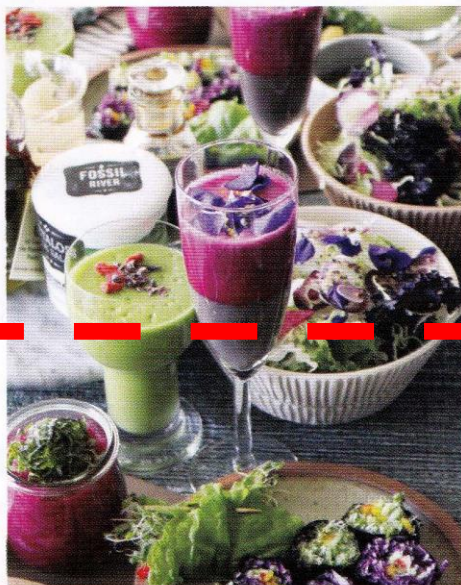
フォッシルリバー

【塩フレーク】プレーン
〈2億4千万年前の塩〉
エコパッケージ入り

150g ¥1,620

<https://www.oliveoil-shop.jp>

ミネラルが豊富なスペイン産の
岩塩。直接ふりかけると
まろやかに溶けるフレークタイプ。



栄養価が高く、美容効果も期待できる体に
いいオイルとして注目。酸化しにくいので、サ
ラダにそのままかけたり、加熱料理もOK。



028

話題のスーパーフルーツを おいしいとこ取り!

GROVE

グローブエキストラバージン
アボカドオイル

250ml ¥1,724~

<https://merk-5j.com>

RECIPE MEMO

写真のライスは、お米とキヌアを
炊き込み、アボカドオイルとドラ
イトマトをブレンダーでなめらか
にしたペーストを混ぜました。

1本に約16個の
アボカドが入っている
オレイン酸やビタミンが
豊富なヘルシーオイル。

