

# コプ子さんのピックアップ商品古今東北編



## 「あしたへつなぐ、おいしい東北」

東日本大震災から復興と東北復興への思いを込めて、東北のおいしさを届けるブランドとして新しいアイテムを発信し続ける古今東北。さまざまな商品の中から、青森に関わりのある商品を紹介します！



古今東北  
パクッとシャキッとドライ林檎 30g



青森県津軽産ふじりんごを100%使用し、青森の指定工場で、ソフトな食感のドライフルーツに仕上げました。

「ふじりんご」は甘み・酸味・食感の三拍子揃った日本のりんごを代表する品種。歯応えのある果肉には蜜が入りやすく、果汁が極めて多いのが特徴です。半生の食感を残したセミドライ加工ではオンリーワンの技術です。

製造は、青森県平川市の「有限会社まごころ農場」さんです。

次回案内予定 2024年1月3週号  
本体 228円 (8%税込 246円)

古今東北  
東北産やわらか若鶏  
にんにく味噌焼き 250g



秋田県産こうじ味噌に、青森県産ペーストにんにくを合わせて、鶏1羽から僅かしか取れない希少な部位「肩小肉(背肉)」を味付けしました。

こうじ味噌の芳醇な甘さと、にんにくの香りで、酒の肴やご飯のおかずにとぴったりな商品です。お好み野菜と一緒に炒めて頂いても美味しく召し上がれます。

製造は、青森県十和田市の「株式会社奥入瀬フード」さんです。

次回案内予定 2024年1月5週号  
本体 398円 (8%税込 429円)

古今東北  
レンジで!骨なし  
ジューシーフライドチキン 250g



東北産若鶏で作った「骨なしフライドチキン」です。健康志向から需要の高まっているムネ肉を使用しています。

ムネ肉を下ごしらえして、しっとり柔らかく、衣はサクッとクリスピーな衣に仕上げました電子レンジでお手軽調理できるフライドチキンです。

製造は、めぐみ鶏でおなじみの青森県三沢市の「プライフーズ株式会社」さんです。

次回案内予定 2024年1月5週号  
本体 380円 (8%税込 410円)

### ぽってりまるごと ブルーベリーのマフィン



材料 (6cmの型4個分)  
ブルーベリー 50g 卵1個 薄力粉 100g  
ベーキングパウダー2g 砂糖 70g 牛乳 60cc  
塩 ひとつまみ マーガリン 50g

- ①型にマーガリン(分量外)を薄く塗り、冷蔵庫で冷やす。薄力粉(分量外)をふり、余分な粉を落とす(コーティングしてある型の場合は必要なし)
- ②マーガリンを泡だて器でクリーム状になるまでよく混ぜる
- ③砂糖を加え白っぽくなるまで混ぜる。
- ④塩を加えて混ぜる。卵を溶きほぐし、1/3ずつ入れてその都度しっかり混ぜ合わせる
- ⑤④1/3の量を別のボウルに入れる。ゴムベラでボウルの底から大きく返しながらかき混ぜ、牛乳を半分入れて混ぜ合わせる。再度同じ工程を繰り返す、最後に残った粉類を加えて底から大きく返しながらかき混ぜる
- ⑥マフィンの型に生地を1/3入れ、ブルーベリーを半量入れる
- ⑦マフィン型に残りの生地を入れ、ブルーベリーの残りを押し込むようにしてのせる。
- ⑧オーブンで25分加熱する。焼き上がったら型から外し、冷ましてできあがり

## 古今東北の商品を使ったレシピ

### 「やっこいいわし醤油煮」と あらごしトマトのパスタ



材料 (2人分)  
「やっこいいわし醤油煮」1缶  
C. イタリア産あらごしトマト 300g(1パック)  
砂糖 少々 醤油 少々 おろしにんにく 1片  
刻みのり 少々 粉チーズ 少々  
スパゲティ 200g

- ①鍋にトマト全部と汁をきったイワシ缶、にんにくを入れ少し煮詰める。物足りなかつたら砂糖と醤油で調味する
- ②お湯に塩を加えてスパゲティを茹でる
- ③茹で上がった麺とソースをからめ、お好みで海苔とチーズをふってできあがり

### 「やっこいいわし味噌煮」 の トーストサンド



材料 (1人分)  
食パン(8枚切り) 2枚 マーガリン 少々  
「やっこいいわし味噌煮」1缶 ピザ用チーズ 50g  
ミニトマト 2個 レタス 適量

- ①イワシ缶の汁をきる。ミニトマトはヘタを取って、縦に4等分に切る
- ②食パンはトーストして片面にマーガリンをぬる。トースターの天板にアルミホイルを敷き、イワシを並べ、ピザ用チーズをのせて4~5分焼き、チーズを溶かす
- ③②の食パンのマーガリンを塗った面にレタスを敷き、イワシをのせてその上にミニトマトを並べる。レタスをのせ、もう1枚の食パンで挟み、半分に切る