

# 食のコラム May 2023

あちらこちらで様々な花や新緑が眩しい季節ですね。気温も過ごしやすい時期ですが、気圧の変化が日々大きく、自立神経が乱れやすくなります。毎日の食事、睡眠のリズム、軽い運動でバランス整えましょう。

## Tokiwa 食品的中華盒飯

5月22日(月) 彩りシリーズ

### 「油淋鶏がメインの中華弁当」



※料理の写真はイメージです。

「老若男女に愛され、昼食として白いご飯とも非常によく合う中華料理をふんだんに組み込んだ中華弁当を作りたい!」と熱い想いを込め、満を持して彩りシリーズで登場です! メインの油淋鶏を中心に、サブメイン、副菜に中華弁当をご堪能頂けます!

- ◇: ときわのスペシャル竜田揚げの油淋鶏
- ◇: 青椒肉絲 (チンジャオロース)
- ◇: 海老チリ
- ◇: 蒸し焼売
- ◇: 中華ごま団子



**品嘗!** (ご賞味あれ!)

## 冷麺メニュー、アイデア募集中!

4月17日(月)より始まりました冷麺シリーズが、今季が人気です。毎月数種の新メニューが登場しますが、先月のWebアンケートにて皆様にアイデア募集したところ、様々なご希望頂きました。そこで今月も引き続きアイデア募集させて頂き、「お客様のアイデア」を商品化出来るよう、進めております!!

### ☆ あなたの食べたい冷麺メニュー募集中!

「こんな冷麺メニューあったらいいな!」を募集しています。Webアンケート欄から自由に記載出来ます。

ただいま4月ご回答分と合わせ、商品化に向け、献立作成中です!  
是非お急ぎアイデア募集中です。



アンケートはこちらから!



引き続き5月もWebでのアンケートを実施しております。どうぞこちらのQRコードを読み取り、ご回答くださいませ。

## 春の大地 「新玉ねぎ」

新玉ねぎが美味しい季節ですよ。

一年通して出回る普通の玉ねぎと違い、水分が多く瑞々しい新玉ねぎは、スライスして生のままサラダとして食べると血液をサラサラにする働きのある「硫化アリル」を十分に摂取出来ます。



さらにおススメ! な簡単レシピ。「新玉ねぎのオープン焼き」

新玉ねぎを皮のまま切れ目を入れ、アルミホイルまたはクッキングシートに包んで、20~30分じっくり焼くだけ。火が通ったら、粗塩、黒胡椒を振って、お好みでバターやオリーブオイル、ハーブスパイスなど加えれば、玉ねぎだけの水分でじっくり甘みの引き出したダイレクトな大地の味を堪能出来ますよ。

お客様へ。当社のお届けする商品は、添加物・保存料は基本使用しておりませんので、なるべく当日13時までを目安にお召し上がりくださいませ。また、食品衛生上、召し上がるまで涼しい場所にて保管ください。



当社HPはこちら