

食べタイヨ-! 知りタイヨ-?

FREE PAPER
ご自由にお持ちください

特集

タイヨ-自慢の絶品こだわりトンカツ! おいしいトンカツとお肉料理

『竹鶴』の歴史紹介
日本のウイスキーの父
竹鶴政孝の夢と情熱



TONKA2

健康に欠かせない「肉の効能」

- ★タイヨ-トンカツキャラクター「TONKA2」登場
- ★エバラ、キューピー、ブルドックソースのレシピ掲載
- ★みなさまからの似顔絵とぬり絵をご紹介します!

タイヨ-こだわりのトンカツ



キューピー やさいdeフルコース



ブルドック うまソーストマトタイプレシピ



タイヨーこだわりのトンカツ

お肉は安心・安全なアメリカ産『とうもろこし豚』

とうもろこし豚は、アメリカ西部に位置するアイオワ州の恵まれた気候とその州で収穫したとうもろこしを食べている、安全で健康に育てられた豚で、お肉はとても柔らかくジューシーです。

また、アメリカから輸送されている間に熟成されるため、遊離アミノ酸含量（うまみ成分）が豊富です。



トンカツを美味しくさせる『パン粉とバター液』

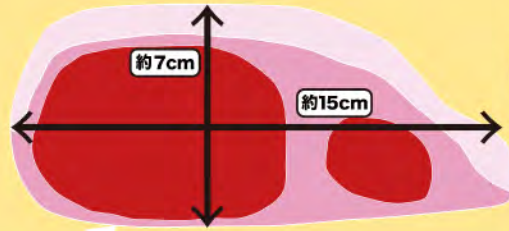


トンカツというと「少し油っこい」というイメージもありますが、タイヨーで使用しているパン粉は油切れが良いので、あまり胃に負担がかりません！

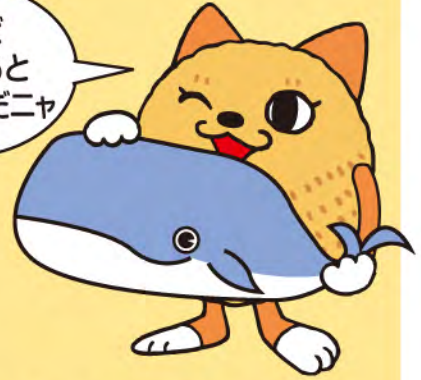
また、パン粉をくっつけるバター液は肉汁を閉じ込める衣となり、十分に加熱してもジューシーで美味しいトンカツが出来ます。

豚肉加工の流れ

仕入れされたブロックのお肉は、トンカツ（単品用）、お弁当用、カツ丼用と専用のお肉に切り分けられます。よく見るとクジラ型になるんですよ！（最初から加工されているお肉を使用する場合もあります）



にやるほどよく見るとクジラさんだニャ



タイヨーの規格サイズ

ラインに切り揃えたお肉を丁寧に同じ向きに並べて流します。



お肉をバター液に浸しパン粉を付け形を整えたら、箱に詰めて出荷します。

タイヨートンカツの調理

タイヨートンカツの加工

タイヨーでは、1日約3,000枚のお肉をトンカツとして加工しています。



1 箱から出したらもう一度お肉をくじら形に整形します。



2 170℃の油でおよそ3分半揚げます。揚げるときも均一になるようにお肉を入れる方向も一緒です。



3 揚げ終わったら温度計でお肉にしっかり熱が通っているか計ります。（75℃で1分間）



4 熱が通っているのを確認したらお店に並べます。



健康に欠かせない「肉の効能」

肉の必須アミノ酸で「健康な体」を作ろう



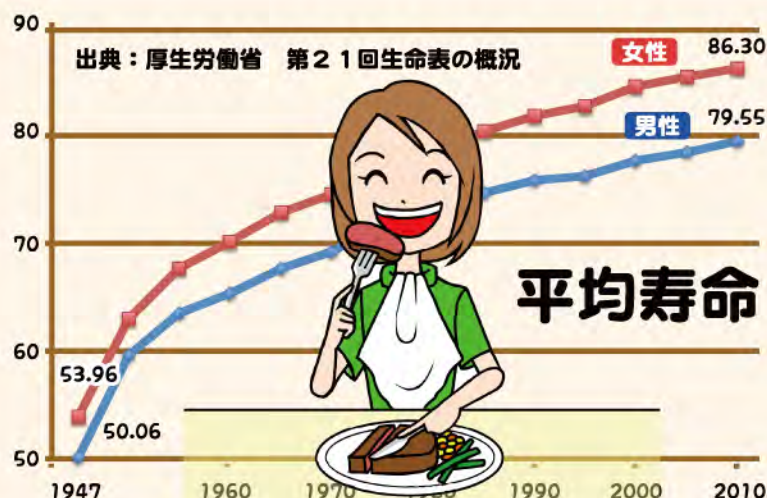
動物性タンパク質

肉を食べることは、人が健康に生きるために大切なことです。牛肉や豚肉、鶏肉などは、20種類のアミノ酸からなるタンパク質を豊富に含んでいます。このうち、人間の体で作り出すことができない9つのアミノ酸を「必須アミノ酸」といいます。

このアミノ酸バランスが整った食品が「良質タンパク質」で、その代表格が肉や魚などの動物性タンパク質です。よく、大豆などの植物性タンパク質が健康に良いといわれますが、アミノ酸のバランス（アミノ酸スコア）という点では、動物性タンパク質のほうが優れています。タンパク質は筋肉や臓器などをつくる材料になります。つまり、「体そのものを作る」という点でも動物性タンパク質は優れているのです。

※エバラ食品工業株式会社制作の冊子、「健康に欠かせない「肉の効能」ハンドブックより抜粋。*上記内容は「肉」一般についての学術的所見であり、当社製品の効能効果ではありません。
*上記内容に関しては、東京農業大学/鈴木敏郎教授の監修を得てエバラ食品工業株式会社が制作しました。

長寿への道は肉から



食肉が健康に良いことを示す調査結果があります。1900（明治33）年ころ、日本人の平均寿命はわずか39歳でした。平均寿命が70歳を超えたのは、女性が1960（昭和35）年、男性が1971（昭和46）年のことです。（厚生労働省：第21回生命表の概況）。これは、第2次世界大戦後、日本人が畜肉や乳製品などを食べるようになり、食の多様化が進んだことが原因の1つと考えられます。肉などの動物性タンパク質は、筋肉や血液を作るだけでなく、骨を作るメカニズムを促進しホルモンのバランスを整える効果もあります。また、血管をしなやかにして脳血管疾患を予防し、感染症に対する免疫力を高める作用もあるのです。日本が長寿国になった要因の1つに、動物性タンパク質の摂取量が増えたことも挙げられるでしょう。

9月1日よりタイヨー、ビッグハウス全店で健康に欠かせない「肉の効能」ハンドブックを配布します。

数量限定ですので、お早めにご来店ください。*各店舗の惣菜売り場にて配布します。

お肉のあれこれわかります!



お肉が美味しい! エバラおすすめレシピ!!

黄金マーボーライス

なんと黄金の味でマーボー豆腐ができちゃうんです!



【材料】2人分
絹ごし豆腐 一丁(約300g) / 豚挽き肉 150g / 長ねぎ 1/2本 / エバラ黄金の味 100g / 水 50ml
水溶き片栗粉 適量 / サラダ油 適量 / ごま油 少々
ごはん 茶碗2杯分 / 小ねぎ 適宜 / 豆板醤 適宜

- 【作り方】
- 豆腐はキッチンペーパーなどで水切りします。長ねぎは粗みじん切りにします。
 - フライパンにサラダ油を熱し、長ねぎと豆板醤を炒め、香りが出てきたら挽き肉を加えて炒めます。
 - 挽き肉がパラパラになったら「黄金の味」と水を加えて、煮立ったら豆腐を手でくずしながら加え、ひと煮立ちさせます。
 - 水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油をたらして、出来上がりです。

ボリュームかつ丼

惣菜のとんかつを使って手軽に!



【材料】2人分
とんかつ(市販) 2枚 / 卵 2~3個 / たまねぎ(薄切り) 小1/2個 / 水 100ml
ごはん どんぶり2杯分 / エバラすき焼のたれ 100ml

- 【作り方】
- 鍋に「すき焼のたれ」と水を入れて火にかけ、食べやすく切ったとんかつとたまねぎを加え、火が通ったら弱火にします。
 - 溶き卵を回し入れ、蓋をして蒸らします。(30秒が目安)
 - 卵がお好みの状態になったら、温かいごはんのせて、出来上がり。

お肉料理に、おろしのたれをかけるだけ! さっぱり食べられます。

おしょうゆをベースに昆布と鰹の和風だしをきかせ、玄米黒酢とレモン果汁をかくし味に使った大根おろし入りの万能たれです。化学調味料無添加。



ニッカウヰスキー創業80周年・竹鶴政孝生誕120周年記念

日本のウイスキーの父 竹鶴政孝の夢と情熱

「竹鶴」「ブラックニッカクリア」でおなじみの
ニッカウヰスキーが今年創業80周年、
創業者竹鶴政孝生誕120周年を迎えました。
そこで奥様のリタ夫人に「マッサン」と呼ばれた竹鶴政孝の
ウイスキーにかける情熱をここにご紹介します。



「本物のウイスキーを日本人に飲んで欲しい」

～その想いを胸に単身スコットランドへ～

1894年、広島県竹原市の造り酒屋に生まれた竹鶴は日本酒をつくるより、ウイスキーづくりに魅せられました。しかし、当時のイミテーションウイスキー（模造品）の限界を感じ、「日本人に本物のウイスキーを飲んでもらいたい」という想いを胸に、1918年、単身スコットランドへ渡りました。



▲若きころの竹鶴政孝
渡英前のポートレート1918年6月

「日本から来たひとりの若者が1本の万年筆とノートで、 我が国門外不出のウイスキーづくりの秘密を盗んでいった」

～ツテもなく渡英、蒸溜所に飛び込み目と鼻で学ぶ～ (ヒューム英国元首相)

スコットランドへ渡った竹鶴政孝は、飛び込みで様々な蒸溜所の門を叩きます。しかし、当時は、研修中の質問やメモを取ることは許されませんでした。そんな中、親身に面倒を見てくれたのが、ヘーゼルバーン蒸溜所のイネス氏でした。時にはポットスチルの内部構造を知るために誰もが嫌がる蒸溜釜の掃除も進んで引き受けました。その時の実習報告が「竹鶴ノート」と呼ばれ、このノートこそが日本のウイスキーづくりの礎を築いたのです。



▲ヘーゼルバーン蒸溜所の
マネージャーイネス氏と。1920年



▲竹鶴ノート

「マサタカさんは、大きな夢に生きていらっしゃる。私もその夢を共に生き、お手伝いしたいのです」

～最愛の女性、リタとの出会い～

留学からほどなくたった頃、政孝はジェシー・ロベルタ(リタ)・カウンと出会い、次第に心を通わせていきました。日本に帰国し、ウイスキーをつくる夢を断念してもいいと切り出す政孝に、リタは「マサタカさんは大きな夢に生きていらっしゃる。私もその夢を共に生



▲竹鶴政孝とリタ

き、お手伝いしたいのです」と応えました。そして、ふたりは周囲の反対を押し切り結婚。日本へ向かったのです。リタは、毎日の食事はもちろん、漬け物やいかの塩辛も自らの手で作り、料理においても日本人になりきろうと努力をされました。幸せな生活ではありましたが、異郷での厳しい生活に体力を奪われたのか、リタは64歳で永い眠りにつきます。政孝はリタが亡くなった後の二日間、部屋に閉じこもったきりでした。リタは政孝にとって最愛の人であり、最大の理解者だったのです。

「スコットランドに似た気候風土で本物のウイスキーをつくりたい」

～本物を追いつけ、理想の地、北海道・余市蒸溜所を建設～

1934年、竹鶴政孝はスコットランドの気候風土に良く似た、寒冷で適度に湿度のある北海道余市に蒸溜所を建てました。そして、創業から6年、ついに第一号ウイスキーが誕生。その後、社名を「大日本果汁」から「ニッカウヰスキー」と改めました。また、蒸気での蒸溜が主流の現在、余市蒸溜所では創業以来、石炭直火で蒸溜しています。火をゆっくりと焚き、ゆっくりと蒸溜するのは難しく、熟練職人の経験から、温度が上がりすぎないように石炭をくべ続け、燃えかすを取り出し続けます。難しくても、効率が悪くても、これこそが香り高く力強い「余市」モルトを生み出す唯一の手法なのです。政孝が学んだスコットランドの蒸溜所でも、当時は石炭直火蒸溜を行っていました。世界でもほとんど見られなくなったこの手法は、今も余市蒸溜所に受け継がれています。



▲第1号ニッカウヰスキーを発売



▲北海道・余市蒸溜所

「ウイスキー一筋で生きてきた。その意味では一行でかたづく男である」

～日本の竹鶴から、世界の竹鶴へ～

「竹鶴ピュアモルト」は、ニッカウヰスキー創業者である竹鶴政孝の名を冠したウイスキーです。求めたのは、「モルトの深いコクと味わい」、「やわらかな飲みやすさ」でした。一見相反するふたつの魅力をひとつのウイスキーで表現できたのは、個性豊かにして上質なモルト原酒と、政孝から受け継がれたブレンダーたちの技術によるものです。今や世界も認めるジャパニーズウイスキーとして、日本はもとより世界の多くのウイスキーファンから親しまれています。



竹鶴ピュアモルト

熟成を重ねた上質のモルトだけで仕上げた、香りがよくて飲みやすいピュアモルトウイスキーです。やわらかく甘い香りとなめらかな口当たり、まろやかな味わいが特長です。爽やかな余韻も楽しめます。



竹鶴17年ピュアモルト

17年以上熟成したピュアモルトならではの深みのある香りで、凛としたボディ感と爽やかな余韻が特長のウイスキーです。ピートの香り、長く持続する豊かで重厚感あふれる味わい、長期貯蔵由来の熟成香が楽しめます。

一部取り扱いのない店舗もございます。



ウイスキー 飲酒は20歳になってから。飲酒運転は法律で禁止されています。妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に悪影響を与えるおそれがあります。ほどよく、楽しく、いいお酒。のんだあとはリサイクル。すべては、お客さまの「うまい!」のために。販売者：アサヒビール株式会社

お酒



キューピーノンオイル きざみ玉ねぎ

刻んだ玉ねぎとすりおろした玉ねぎを使用し、たまり醤油で風味豊かに仕上げました。温野菜やお肉のサラダによく合います。

丸ごと玉ねぎの温サラダ

【材料】(2人分)
玉ねぎ 1個
にんじん 4cm
豚ばら肉(薄切り) 2枚
パセリ 適量
キューピーノンオイル きざみ玉ねぎ 適量



【作り方】

- ① 玉ねぎは根元1cmを残し、8等分に切り込みを入れる。
- ② にんじんは皮をむいて薄い輪切りにする。豚ばら肉はひと口大に切る。
- ③ 器の真ん中に①のをせ、まわりに②を盛りつけ、ラップをふんわりかけ、レンジ(500W)で約4分加熱する。
- ④ ③にパセリを飾り、ノンオイルをかける。

キューピー3分クッキング パスタを手作りオイルソース ガーリック&赤とうがらし

炒めにんにくのkok深い味わいに仕上げました。フライパンにオイルソースを入れ、お好みの素材を炒めて、パスタをからめたり、パスタ以外のお料理にも幅広くご利用いただける、とっても便利なオイルソースです。

たことえびのアヒージョ

【材料】(2人分)
たこ 100g
えび 4尾
玉ねぎ 1/4個
プチトマト 4個
マッシュルーム(スライス) 1袋



— オリーブ油 75ml
A キューピー3分クッキング
— パスタを手作りオイルソース ガーリック&赤とうがらし 25ml

【作り方】

- ① たこはひと口大に切る。えびは尾を残して殻をむいて背ワタを取る。玉ねぎは薄切りにする。
- ② 鍋にA、水気をよくふき取った①、汁気をきったマッシュルームを入れる。火をつけて弱火にし、混ぜながら煮る。
- ③ ②のえびの色が変わったら、プチトマトを加え、軽く煮込む。



アヲハタ55 オレンジママレード アヲハタ55 リンゴジャム

甘さが少なく、フルーツ本来の味と香りがいっています。



かぼちゃとさつまいものヨーグルトデザート

【材料】(2人分)
さつまいも 1/4本
かぼちゃ 100g/ミント 適量
プレーンヨーグルト 200g
アヲハタ55 オレンジママレード 大さじ2
アヲハタ55 リンゴジャム 大さじ2



【作り方】

- ① さつまいもは皮つきのまま、1.5cmの角切りにして水にさらし、水気をきる。かぼちゃはワタと種を取り、1.5cmの角切りにする。
- ② ①を耐熱皿に入れてラップをかけ、レンジ(500W)で約5分加熱する。
- ③ ボウルに②を半分ずつに分ける。1つはママレード、残りはリンゴジャムでそれぞれ和える。
- ④ 器に③を盛りつけ、プレーンヨーグルトのをせ、ミントを飾る。

抽選で60名様にキューピー商品4品をプレゼント!

- ★キューピー ディップソース アボカドメキシカン味
- ★キューピー ノンオイルきざみ玉ねぎ
- ★キューピー 和菜どれ 黒ごま仕立て
- ★キューピー 3分クッキング パスタを手作りオイルソース ガーリック&赤とうがらし



ブルドック うまソース トマトタイプ

トマト料理 これ1本!



これ1本でかんたんにパスタやスープ、洋風煮込み料理などができるソース。トマトの旨味にバジルやオレガノなどのハーブを加え、チキンのkokや旨味を加えた洋風ソースです。定番メニューだけでなくおしゃれなカフェメニューがかんたんに作れます。



うまトマ ナポリタン

【材料】2人分
ベーコン(1cm幅に切る) 2枚
玉ねぎ(薄切り) 1/2個
ピーマン(細切り) 2個
パスタ 180g/サラダ油 大さじ1
ブルドック うまソース トマトタイプ 120ml

【作り方】

- ① フライパンにサラダ油を熱し、ベーコンを炒め、玉ねぎ、ピーマンを加えて中火で炒める。
- ② うまソース トマトタイプと茹でたパスタを加え、炒め合わせる。

味付けが、うまソース トマトタイプだけで手早く出来ます。



うまトマ チキン煮込み

【材料】2人分
ピーマン(乱切り) 3個
水 50ml
サラダ油 大さじ1
鶏もも肉(一口大に切る) 1枚(300g)
ブルドック うまソース トマトタイプ 100ml

【作り方】

- ① フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉を入れ、中火で焼く。
- ② ピーマン、うまソース トマトタイプ、水を加えて弱めの中火で煮込む(目安15分)。

ピーマンの代わりにキャベツでもおいしく出来ます。



抽選で60名様にブルドック商品3品をプレゼント!

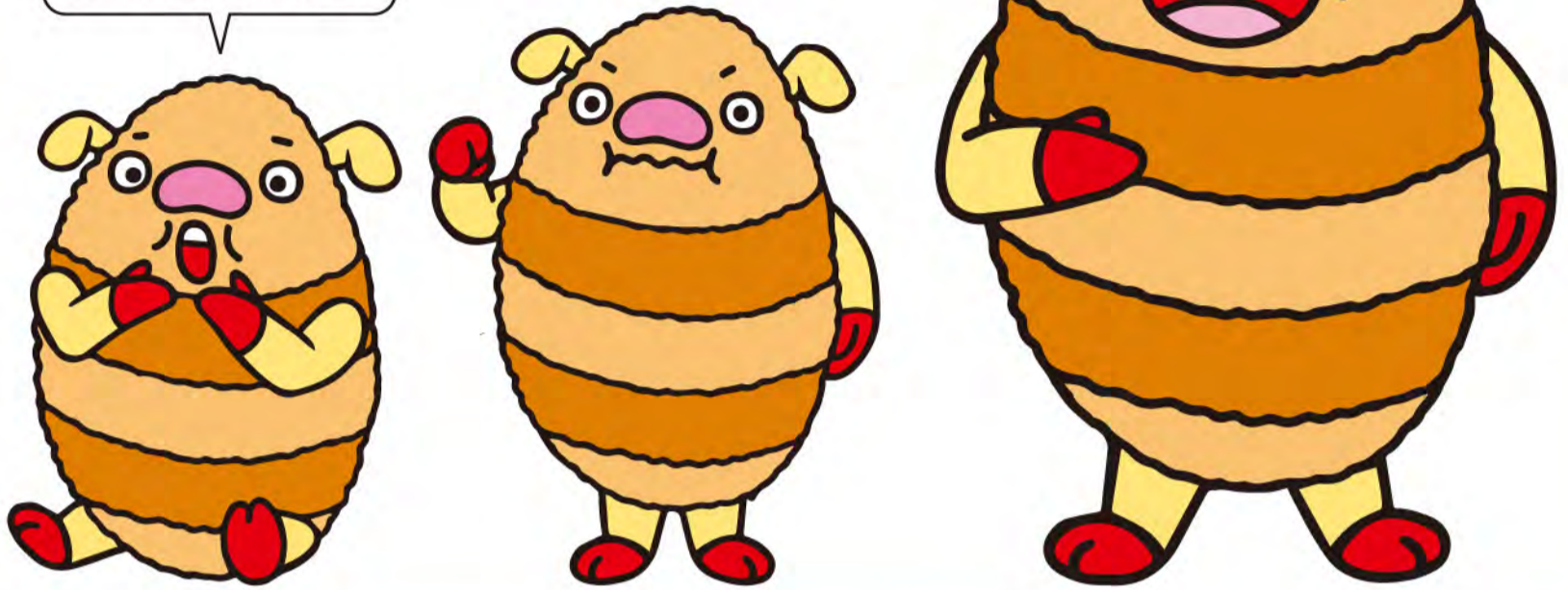
- ★ブルドック うまソース
- ★ブルドック うまソース トマトタイプ
- ★ブルドック 本格お好みソース



タイヨーのトンカツ 新キャラクター

タイヨーのトンカツキャラクター
『TONKA2』です

ミーと仲良くしてね



トンカツー

<チャームポイントはボーダーシャツ>

◆アメリカ出身・タイヨー育ち◆

本名は「トンカ・トンカ」だけどミュージシャンを意識して「TONKA2」と名乗っている。読み方は「トンカツー」
アメリカ育ちなので英語は堪能だけど日本語は怪しいところも・・・
すごい力持ちでド根性の持ち主。性格はカラッとしていて根は優しい。
得意なアメリカンジョークで周りを凍り付かせることもある。
例えば・・・肉だけに自分のことを「ミート呼ぶ」。こんな感じwww

似顔絵 ご紹介

お送りいただいた
似顔絵の一部を
ご紹介します

聖鹿島店 京子さん



牛堀店 志織さん



土浦店 未来さん



銚子店 喜美子さん



ガーラちゃんぬりえのコーナー

聖鹿島店 政美さん



東庄店 芳江さん



江戸崎店 晃史さん



どれも力作ぞろい
で
恐れ入りましたニャ

ねころっけ編集長



応募方法

「食ベタイヨー! 知りタイヨー!」
「ご意見」感想やキャラクター似顔絵を大募集!
タイヨーのキャラクターの似顔絵や本誌に対するご感想を書いて
ハガキまたは封書に郵便番号、住所、氏名、電話番号、ご利用店名
を記入の上、左記宛先までお送り下さい。
〒314-0143 茨城県神栖市神栖 2-4-18
株タイヨー ナレッジルーム 食ベタイヨー編集部
★お送りいただいた方にはオリジナルシールをプレゼントします。

お家で作る簡単 タイヨートンカツ でカツサンド



材料 食パン 2枚/タイヨートンカツ 1枚/バター適量
タイヨーちょ〜便利カット野菜千切りキャベツ 1袋
ソース(中濃ソース 大さじ2/トマトケチャップ 大さじ1)

- 1 先に中濃ソースとトマトケチャップを混ぜてソースを作ります。
- 2 食パンを軽く茶色になるまでトースターで焼きます。
- 3 焼けた食パンにお好みでバターを塗りキャベツとトンカツをのせ、①で作ったソースをかけます。
- 4 最後に崩れないように食べやすい大きさに切ったら完成です。

おすすめポイント!

タイヨートンカツで簡単に出来て、大変美味しいです。ぜひご家庭でもお試しください!



豆知識情報

千切りキャベツ あるある

『千切りキャベツとトンカツ』

トンカツの付け合わせに、必ずというほどキャベツの千切りと一緒に付いてきますよね。

それは「色合いが綺麗だから?」「一緒に食べるとおいしいから?」と確かにキャベツがあると見た目も綺麗で口の中もスッキリして、ますますトンカツが美味しくなります!

でも、トンカツとキャベツの組合せには、栄養学的理由があるんです! キャベツには「ビタミンU」が多く含まれています。「ビタミンU」には胃液の分泌を抑える粘膜の修復を助けるといわれていますが「ビタミンU」は熱に弱いので生食=千切りキャベツが良いのです。

揚げ物などの消化しにくい食べ物と一緒に「ビタミンU」を多く含んでいるキャベツを食べるということは、とても理にかなっているんです。皆さんも主役の後ろにいる千切りキャベツを忘れないで、しっかり食べてくださいね!

編集後記

ご愛読ありがとうございます

トンカツを中心に、お肉が食べたくなる第8号でした

皆さんこんにちは。暦の上ではもう秋ですね。しかしまだ暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか?花火大会やお祭りイベント盛りだくさんの夏、今年はどうな思い出ができましたか?子供の頃や学生の頃は夏になると、花火大会やお祭りに妙にワクワクしていましたが、大人になった今、人ごみを気にしたり、渋滞を恐れたり現実的な思考になってしまう私...なんだか歳を感じてしまいます。

さてさて、新学期がはじまりましたね。運動会の練習が始まると「秋」を感じていた子供の頃。今はひぐらしの鳴き声や、うろこ雲の空を見たり、市場に梨や栗などが出始めると秋の気配を感じます。

「読書の秋だ!」と言い張り、ひたすら漫画本を読んでいた昔の自分を思い出す今日この頃。皆さんはどんな時に秋を感じますか?

『食ベタイヨー!知りタイヨー?』編集部

タイヨーの店舗紹介 1



タイヨー第1号 神栖店
1972年4月OPEN!

営業時間 8:00~24:00
住所 神栖市大野原2-31-31
☎ 0299-92-0219

神栖店 店長から一言

タイヨーの中でも歴史のある店舗です。お店は小さめですが、従業員一人一人のお客様への対応は丁寧、親切に実施できるように心がけています。

店長の好きな惣菜は?

タイヨーで好きな惣菜は、鮭弁当とまぐろ&ネギトロ丼です。よくお昼ごはんに食べています。

食ベタイヨー!知りタイヨー? 第8号 プレゼント応募用紙

コピー可

応募方法

この応募用紙を切り取って、必要事項をご記入の上各店サービスカウンターにある応募箱にご投函下さい。*応募箱以外での受付はいたしておりません。

① どちらのプレゼント企画をご希望ですか? □に1つだけチェックをご記入下さい。			⑤ 本誌に対するご意見ご感想をご記入下さい。														
<input type="checkbox"/> キューピー	<input type="checkbox"/> ブルドック	<input type="checkbox"/> ねころつけ人形	<table border="1"> <tr> <td>ふりがな</td> <td></td> <td>年齢</td> <td>性別</td> </tr> <tr> <td>氏名</td> <td></td> <td>歳</td> <td>男・女</td> </tr> <tr> <td>住所</td> <td>〒</td> <td colspan="2">-</td> </tr> </table>			ふりがな		年齢	性別	氏名		歳	男・女	住所	〒	-	
ふりがな		年齢				性別											
氏名		歳				男・女											
住所	〒	-															
② タイヨー、またはビックハウスのご利用頻度 □に1つだけチェックをご記入下さい。																	
<input type="checkbox"/> 月1~2回未満 <input type="checkbox"/> 週1回 <input type="checkbox"/> 週2~3回 <input type="checkbox"/> 週4回以上																	
③ 今回の食ベタイヨー!知りタイヨー?第8号でおもしろかった特集は?			<table border="1"> <tr> <td>電話</td> <td></td> <td>ご利用店舗名</td> <td>店</td> </tr> <tr> <td>応募期間</td> <td colspan="3">平成26年9月1日~平成26年10月31日まで</td> </tr> <tr> <td>当選発表</td> <td colspan="3">ご当選者の方には当選ハガキの発送をもってかえさせていただきます。ねころつけ人形の当選は各店10名様となります。</td> </tr> </table>			電話		ご利用店舗名	店	応募期間	平成26年9月1日~平成26年10月31日まで			当選発表	ご当選者の方には当選ハガキの発送をもってかえさせていただきます。ねころつけ人形の当選は各店10名様となります。		
電話		ご利用店舗名				店											
応募期間	平成26年9月1日~平成26年10月31日まで																
当選発表	ご当選者の方には当選ハガキの発送をもってかえさせていただきます。ねころつけ人形の当選は各店10名様となります。																
特集名 理由は?																	
④ トンカツには何をかけますか?																	

*ご応募いただいたお客様に関する住所、氏名、電話番号などの個人情報については今回のプレゼント対応のためにのみ使用し、その他の件には一切使用いたしません。