

ふりかけ

小魚や海藻が身近に、豊富に。

戦時中、味噌や漬物といった日本の伝統的な保存食より栄養価、携帯性の高い新しい保存食をと、要望を受けて開発。瀬戸内海に面した広島、良質な小魚やアオサなどが採れ、入手しやすい地の利が活かされました。

栄養補助食品として、
広島のはりかけは、長く愛されています。

ふりかけてなんだろう？

日本の家庭で一般的に常備されているふりかけは、ごはんにはりかけて食べる粉末、粒子、そぼろ状の食品です。魚、海苔、ゴマ、赤しそなどの原料を細かくして、調味料で味つけ・乾燥させて仕上げます。原料の種類によって味もバラエティ豊富です。原料をほぐし、味をつけて混ぜ合わせた生タイプもあります。



オーソドックスな食べ方は
ご飯にそのままかける



使う原料の違いで
見た目にも色とりどり

海外での評価

海苔のふりかけが好評！カラフルな色合いや、
いろんな味から選ぶ楽しさも人気の秘密です！



三島食品株式会社

URL <http://www.mishima.co.jp/>

爽やかな香りと酸味の赤しそのふりかけ・混ぜごはんの素

ゆかり

1970年、業務用からスタートした「ゆかり」は今では一般家庭まで幅広く愛されるロングセラー商品。契約栽培で徹底した品質管理を行なった良質な赤しそを使っています。白いごはんにはりかたしそ飯、天ぶらの衣や和え物などにも最適です。



- 商品名/ゆかり ●品目名/ふりかけ
- 主な原材料/赤しそ(中国・日本産)、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)、L-グルタミン酸ナトリウム、5'-リボヌクレオチド二ナトリウム、リンゴ酸
- 内容量/26g
- 国内希望小売価格/130円(税込)※国内商社経由の場合
- ケースサイズ/縦49.6cm×横22.4cm×高さ24.4cm
- 重量・入数(1ケース当り)/4.7kg・10×12袋
- 出荷可能時期/通年
- 最低ロット/3ケース(国内輸送の場合) ●保存方法/常温
- 賞味期限/365日(未開封)・14日(開封後)
- JANコード/4902765302114
- 輸出国・地域/米国・ヨーロッパ・アジア・オセアニア等

企業DATA

■設立年/1949年 ■資本金/1億3,314万円 ■従業員数/450名
■住所/〒730-8661 広島県広島市中区南吉島2-1-53
■TEL/81(82)245-3211 ■FAX/81(82)249-2557
■E-mail/nakamoto@mishima.co.jp



川原食品株式会社

URL <http://www.onomichi-tsukudani.com/>

選りすぐりの天然素材、すけそう鱈とアオサのハーモニー

おさかなごはん

すけそうたら(魚)を直火でふっくらと焼き、ふんわりと粉砕し、アオサと香ばしいイリゴマを加えて味付けしました。素材の味・旨みを活かしたソフトタイプのふりかけです。ご飯にはりかけることはもちろん、混ぜ込んでも、お茶漬けにもおすすめです。



- 商品名/おさかなごはん ●品目名/ふりかけ
- 主な原材料/すけそうたら(北海道産)、ごま、パン粉、アオサ(三河産)、食塩、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ソルビット)※原材料の一部に小麦、大豆を含む
- 内容量/30g
- 国内希望小売価格/230円(税込)※国内商社経由の場合
- ケースサイズ/縦29.0cm×横36.0cm×高さ20.0cm
- 重量・入数(1ケース当り)/2.9kg・60袋
- 出荷可能時期/通年 ●最低ロット/1ケース
- 保存方法/常温
- 賞味期限/240日
- JANコード/4971693201134
- 輸出国・地域/シンガポール・マレーシア・台湾・中国・オーストラリア等

企業DATA

■設立年/1946年 ■資本金/2,000万円 ■従業員数/40名
■住所/〒722-0051 広島県尾道市東尾道15-12
■TEL/81(848)20-2011 ■FAX/81(848)20-2022
■E-mail/kota@onomichi-tsukudani.com



うどん、そば、パスタのトッピングや
サラダのドレッシング!
調味料としても重宝!



ご飯にふりかけることから
はじまった、ふりかけ!

食べ方・使い方のバリエーション
も豊富。世代や地域を超えて
愛されています。



あったかご飯に
混ぜ込むタイプもある

ふりかけを使ったアイデアレシピ

三島食品

冷やせば美味しさアップ!
パーティー気分の色合いです。

赤しそ風味の イタリアンサラダ

約140kcal/1人分
調理時間/約20分

材料(4人分)

- いか…1杯
- パプリカ(赤)…1個
- パプリカ(黄)…1個
- ピーマン(緑)…1個
- ブラックオリーブ…8個
- [赤しそドレッシング]
- 三島のゆかり®(ふりかけ)
…大さじ1
- にんにく…5g
- オリーブオイル…大さじ2
- ワインビネガー…大さじ1

作り方

- 1 いかは腹わたを取り除き、皮を剥く。胴は5mm幅の輪切りにし、えんぺらは5mm幅に切る。足は2本ずつに切り分け、3cm長さに切る。
- 2 熱湯でさっと茹でる。
- 3 パプリカとピーマンはヘタと種を取り、5mm幅の細切りにする。
- 4 にんにくはすりおろす。
- 5 ゆかり®とにんにく、オリーブオイル、ワインビネガーを大きめのボウルに入れて混ぜ、ドレッシングを作る。
- 6 いか、パプリカ、ピーマン、ブラックオリーブを入れて、ドレッシングでむらなく和え、器に盛り付ける。



川原食品

超簡単!おつまみやおかず
のもう一品に最適です。

酢の物 おさかな ごはん添え

約30kcal/1人分
調理時間/約20分

材料(4人分)

- 大根…8cm
- にんじん…1/2本
- きゅうり…1本
- 酢…小さじ1/2
- しょうゆ…小さじ2
- 砂糖…小さじ1
- おさかなごはん(ふりかけ)
…10g

作り方

- 1 野菜を千切りにする。
- 2 ボウルに①を入れて、酢・しょうゆ・砂糖を入れて和える。(味つけはお好みで加減してください)
- 3 冷蔵庫に入れて、15分ほど入れてなじませる。
- 4 最後におさかなごはんを、ふりかける。



田中食品

お弁当に、オードブルとして
出しても喜ばれます。

旅行の友de サンドイッチ

約137kcal/1人分
調理時間/約10分

材料(1人分)

- サンドイッチ用のパン…2枚
- マヨネーズ…小さじ1
- 旅行の友(ふりかけ)
…大さじ2/3

作り方

- 1 サンドイッチ用のパン2枚の片面にマヨネーズをぬり、その上に旅行の友をかける。
- 2 もう1枚のパンでふりかけた部分をサンドして、パン2枚をくっつけるように軽く押しつける。
- 3 食べやすいように4等分に切る。

※1枚のままでロール状に巻いてもいい。
※焼いてホットサンドにしても美味しい。



田中食品株式会社

URL <http://www.tanaka-foods.co.jp/>

瀬戸内の自然の味、食卓で愛され続ける伝統のふりかけ

旅行の友

“子を思う親心の愛情”をもとに、持ち運びに便利な栄養価の高い保存食として生まれたふりかけ。小魚、ゴマ、玉子の自然の美味しさを大切にした本物の味には、カルシウムがたっぷりです。広島市の「ザ・広島ブランド」にも認定されています。



- 商品名/旅行の友 ● 品目名/ふりかけ
- 主な原材料/小魚粉末(サバ・イワシ・アジ)、砂糖、ごま、醤油、食塩、のり、小麦粉、澱粉、ぶどう糖、鶏卵粉末、米油、大豆蛋白、豚エキス、鶏エキス、蛋白加水分解物、乳清Ca、煮干エキス、オニオン、デキストリン調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン、カロチンメド、紅麹)、膨張剤
- 内容量/28g
- 国内希望小売価格/115円※国内商社経由の場合
- ケースサイズ/縦61.7cm×横40.0cm×高さ19.5cm
- 重量・入数(1ケース当り)/5.5kg・120袋
- 出荷可能時期/通年 ● 最低ロット/10ケース
- 保存方法/常温 ● 賞味期限/1年
- JANコード/4904561011016
- 輸出国・地域/米国・ブラジル・中国・韓国・シンガポール等

企業DATA

- 設立年/1928年 ■ 資本金/1,000万円 ■ 従業員数/145名
- 住所/〒733-0032 広島県広島市西区東観音町3-22
- TEL/81(82)232-1331 ■ FAX/81(82)231-7521
- E-mail/zheng@tanaka-foods.co.jp