



報道機関向けニュースレター【こんぶネット便り vol.12】

<http://www.kombu.or.jp>

配信日：平成21年3月16日

発行： 社団法人日本昆布協会

問合せ： 電話 06-6344-0633

FAX 06-6344-0570

メール info@kombu.or.jp

担当： 専務理事 森井

こんにちは、日本昆布協会です。

最近人気の塩スイーツ。なかでも塩チョコは注目を集めていますね。「北海道のお土産」として、登場している『がごめ昆布チョコレート』のことはご存知でしょうか？

ほんのり緑色で、よく見ると昆布の粉末のようなツブツブ。コーンパフのサクサクとした食感に、ほのかな昆布の塩味が特徴で、後味にも海の香りが残る、昆布を活かした一品です。

昆布を使ったアイデア商品、おもしろ商品など、昆布に関する情報が必要な時は、いつでも当協会にご連絡を！

それでは、協会公式サイト『こんぶネット』の最新情報をお届けします。

●「昆布大使」更新の「こんぶろぐ」が大好評。 来期「昆布大使」「サポーター」の募集が決定！

当協会から誕生した「昆布大使」。

北海道から沖縄まで、全国に散らばった、《こんぶの事なら任せて！》というこんぶ大好きな主婦の方々を大使として抜擢。今年は12名の大使にご活躍いただきました。



特に、主婦層の読者から好評を得ている公式ブログ「[こんぶろぐ](http://kombu-net.jugem.jp/)」(http://kombu-net.jugem.jp/)では、3ヶ月交代制で大使たちが更新を担当、その他にも、様々なPR活動にご協力をいただきました。

平成20年4月から本格的に運用をはじめたブログでは、昆布大使たちが、昆布の最新ニュースやお店紹介、イベント・PR情報、昆布料理ひとくちメモなどをブログでお届けしています。

ご好評を受け、来期「昆布大使」及び「サポーター」の募集も決定！（応募期間：3月17日～19日）
ご応募についてのお問合せは【[こんぶネット事務局](mailto:mb.konbunet@herstory.co.jp)】までご連絡ください。mb.konbunet@herstory.co.jp

主婦たちの日常目線からつづられる「こんぶ」にまつわるエピソードやレシピなど、来期もますます充実の「こんぶろぐ」！ぜひ新任大使の活躍にもご期待ください。

毎月15日更新の人気連載コンテンツ「目指せ！昆布マイスター」も第11回に！

STEP シリーズ第11回 昆布でおいしいスピードレシピ

昆布料理は時間がかかるイメージがあるかもしれませんが、実はスピード調理にはもってこいの食材。

特に、切り昆布(きざみ昆布)は火が通るのが早く、煮物や炒め物に重宝しますし、塩昆布は、昆布のだしが出るだけでなく、ほどよい塩加減に味付けにピッタリ。ぜひ日頃のお料理に活用してみてください。

今回は、すぐにできる簡単でおいしい昆布料理をいくつかご紹介します。こんぶネットのキャンペーンやイベントでみなさまから投稿いただいたレシピを特集！



大根の葉と皮を使った簡単節約レシピ『大根の葉もよろ昆布』(写真右)、ササッとできる沖縄の昆布と豚肉の炒め物『クーブイリチー(昆布の炒め煮)』(写真左)、お湯を注ぐだけですぐできちゃう！『とろろ昆布のすまし汁』の3品をご紹介します。

↓詳しくは「目指せ！昆布マイスター」にアクセス！
<http://www.kombu.or.jp/meister/>

【ご相談・取材先紹介 大歓迎！】

こんぶに関することならどんなことでも、まずは当協会までお問合せください。様々なテクニックを持った職人たちや、昆布を活かしたレシピ提供、こんぶにまつわる主婦向けアンケート結果の詳細データ提供や、企画に沿った取材先のご相談・ご紹介に応じております。

(協力事例：TBS「はなまるマーケット」昆布特集、等)

●今月のイチオシレシピ紹介

応募期間2008年11月14日～2009年1月20日にて実施した「こんぶを使った”低カロリーでおいしいレシピ”募集」。前号で写真のみご紹介した「こんぶ王大賞」に輝いた「きょろりんママ」さんのレシピをご紹介します♪

塩こんぶレシピ

【白身魚のとろろん昆布蒸し 塩昆布ソースかけ】

【材料(4人分)】

- ・白身魚 4切れ
(今回はカラスカレイを使用、他にたらやまだいなどもOK)
- ・しめじ 1パック ・長いも 15センチくらい
- ・とろけるスライスチーズ 4枚 ・お酒 大2
- ・薬味ねぎ 好みで
- ・塩昆布ソース
 塩昆布 10g 酢 大2
 オリーブオイル 大2 しょうゆ 小1



【作り方】

- (1) お皿に白身魚とほぐしたしめじをおき、お酒を振りかけて10分程度おく
- (2) 酒をふった魚にとろろん昆布をのせて電子レンジで5分程度加熱して8分程度火を通す
(魚の厚みやW数で加熱時間は前後します)
- (3) スライスチーズを②にのせて、すりおろした長芋をかけて、ラップなしでとろろんが透き通って固まるまで様子を見ながらレンジで加熱する(5分前後です)
- (4) 塩昆布ソースは、酢とオリーブオイルをしっかり混ぜ、塩昆布としょうゆを混ぜる
- (5) 出来上がった③に④をかけて、薬味ねぎを飾る

【ワンポイント】

とにかく簡単・スピーディ！レンジのみ、お皿の中で調理するからすべての栄養素を捨てることなく摂取できます。お鍋などの道具を使わず洗い物も極力少なくてすむのも助かりますね。ソースも美味です♪

●メールマガジン登録キャンペーン 終了しました 「昆布クイズに答えてプレゼントをGet！PART2」

毎月15日に配信されるメールマガジン『こんぶdeおいしい暮らし』掲載のメルマガ限定クイズキャンペーンを3ヶ月間実施しました。多数の方に参加いただいた気になるクイズ内容と答えをご紹介します。



(クイズ掲載期間：2008年12月号～2009年2月号の3号)

◆12月号掲載：Q. 薫り高い高級なだしがとれ、別称「オニコンブ」とも呼ばれる昆布は〇〇昆布です。→A.「羅臼」

◆1月号掲載：Q. 昆布の表面の白い粉はマンニトという〇〇〇〇の一種です。→A.「炭水化物」

◆2月号掲載：Q. 日本の昆布は、約95%がある都道府県で採取されています。その都道府県とは...ズバリ〇〇〇です！→A.「北海道」

協会公式メールマガジン『こんぶdeおいしい暮らし』は、「こんぶネット」よりご登録いただけます。
(配信システム：まぐまぐ マガジンID: 0000262072)

●イベント参加報告『主婦交流会～東京版～』

全国の主婦をネットワークしている「ハー・ストーリー」主催の交流会。4月京都、5月横浜、6月大阪、7月石川、8月東京、9月福岡、10月愛知、11月岡山、12月大阪、1月広島、2月東京、そして3月10日は福岡の交流会に参加しました。

2月の東京交流会には昆布大使の方も参加いただき、活動で感じたことなどコメントをいただきました。昆布といえば北海道！な北海道出身参加者さんは、さすがの詳しさで、皆さん感心しきりでした。



3月10日に行われたばかりの福岡交流会には、メールマガジンを執筆している「よろこんぶ大使」ラッキー☆も参加。昆布について、たくさんの情報交換がなされました。

最新・過去の参加レポートは「こんぶろぐ」で！
> <http://kombu-net.jugem.jp/>

次号発行は平成21年4月15日前後です。
昆布のことなら「こんぶネット」！ <http://www.kombu.or.jp/>