



今月のおすすめ

エーコープマーク品

手延素麺・ごま油・なす漬の素



店長
おすすめ!

エーコープ純正ごま油

伝統の圧搾法！

ごま100%の純正ごま油です。



ごま油はちょい足しがオススメ！
なんでもかけて♪美味しいよ 😊



味噌汁に 🌟



酢の物に 😊



キャベツに
しおふきこんぶと
ごま油をもみもみ 😊



そうめんにも
ごま油ちょい足し ✨

店長
おすすすめ!

エーコープ手延素麺

素麺作りの歴史ある島原地区にて
伝統の手延製法で作り上げました

コシの強さ、風味を
お楽しみください 😊



簡単！サラダ納豆そうめん
そうめんの上にお好きな
野菜と納豆をのせて
めんつゆとごま油を
ひとまわししたら完成！



ごま油がポイント！
暑い夏にさっぱり
つるっと食べられちゃう！

店長
おすすめ!

エーコープなす漬の素で いろんな野菜を漬けてみよう!



なすは
もううん!
なす
小松菜
オクラ
きゅべ
漬けても
美味しい!

A・COOP 安心と信頼の
くらしの良品

なす漬の素 (ミニ漬用)

風味豊かな色良いなす漬が
手軽で簡単にできます
240g (30g×8袋)



野沢菜漬みたい!
シャキシャキおいしい



エーコープ
なす漬の素

30g×8回分



なす漬の素で 小松菜の浅漬け

漬け込み時間 ① 一晩～

(3～4人分)

- 1 小松菜 500g をきれいに洗って 5cm ほどの長さに切れます。
- 2 切った小松菜をポリ袋に入れ、エーコープなす漬の素と水 300ml を入れます。
- 3 袋の空気を抜いて口を閉じ、冷蔵庫に入れて漬け込みます。
- 4 半日くらいからお召し上がり頂けますが、一晩漬け込むとおいしく仕上がります。

油っぽい料理の
箸休めなどに



エーコープ
なす漬の素

30g×8回分



なす漬の素で キャベツのさっぱり一夜漬

漬け込み時間 ① 一晩～

(3～4人分)

- 1 野菜はそれぞれきれいに洗い、キャベツ 400g はざく切りに、人参は千切りにします。
- 2 1 をポリ袋に入れ、エーコープなす漬の素と水 300ml を入れます。
- 3 袋の空気を抜いて口を閉じ、冷蔵庫に入れて一晩漬け込みます。
- 4 洗わずに、そのままお召し上がりください。



食感の違いが
おいしさを醸し出す

エーコープ
なす漬の素

30g×8回分



なす漬の素で なすと枝豆の香味漬

漬け込み時間 ① 2時間～

(3～4人分)

1 なす 300g は食べやすい大きさに、みょうが 2 個と生姜 1 片は千切りにします。枝豆は茹でて豆(100g)を取り出します。

2 1 をポリ袋に入れ、エーコープなす漬の素と水 300mL を入れます。

3 袋の空気を抜いて口を閉じ、冷蔵庫に入れて 2 時間漬け込みます。

4 洗わずに、そのままお召し上がりください。

ぱりっぱりの
おいしい歯ごたえ

エーコープ
なす漬の素

30g×8回分



なす漬の素で なすときゅうりの即席漬

漬け込み時間 ① 2時間～

(3～4人分)

1 なす 3 本、きゅうり 2 本をきれいに洗って食べやすい大きさに切ります。

2 1 をポリ袋に入れ、エーコープなす漬の素と水 300ml を入れます。

3 袋の空気を抜いて口を閉じ、冷蔵庫に入れて 2 時間ほど漬け込みます。

4 洗わずに、そのままお召し上がりください。