



イタヤ貝柱フレークHK

イタヤ貝柱の風味を損なわないようにうす味で調味いたしました。
フレーク状になっておりますので、そのまま料理の素材として幅広く
ご使用いただけます。



イタヤ貝柱フレークHK 12レシピ付



炊き込みご飯



ピラフ



シチュー



サラダ



和え物



スープ



※製品中身写真



長期間常温保存可

ローリングストックにおすすめ

【原材料名】 ボイルイタヤ貝柱(イタヤガイ(中国産))、食塩 / ソルビトール、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)

【包装形態】 500g/袋

【賞味期限】 製造日より24ヵ月 (開封前)

本品に含まれるアレルゲン

該当なし

(特定原材料等29品目及び魚介類)

栄養成分表示 (100g当たり)液汁を除く	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
イタヤ貝柱フレークHK	85kcal	16.3g	0.8 g	3.2g	1.7g

この表示値は、目安です。

お問い合わせ先



株式会社 マルハチ村松

業務用営業部 TEL054-622-7308

商品について、レシピ等詳しくはこちら
「給食・外食向け製品」をご覧ください。

<https://www.08m.co.jp/products/>



イタヤ貝柱フレークHK 使用レシピ (ごはん・パスタ)



貝柱フレークの炊き込みご飯



【材料(1人前)】

精白米	90g	【A】 酒	10g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	20g	【A】 醤油	3g
ごぼう	10g	【A】 特選こんぶだし	1g
人参	5g	【A】 塩	0.8g
ごま油	3g	【A】 水	120g
		三つ葉	3g

【作り方】

- ① ごぼうは細切りにし、酢水(分量外)に漬ける。人参は細切りにする。
- ② ごま油でごぼう、人参を炒める。
- ③ 研いだお米、②、イタヤ貝柱フレークHK(具)、【A】を混ぜ合わせ、炊く。
- ④ 器に盛り、三つ葉を添える。

貝柱と卵の雑炊



【材料(1人前)】

ご飯	100g	【A】 醤油	3g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	20g	【A】 顆粒パウミー	1g
卵	25g	【A】 塩	0.5g
水	150g	三つ葉	3g

【作り方】

- ① 鍋に水を入れ、沸騰させる。
- ② 【A】とご飯を入れ、ひと煮立ちさせる。
- ③ イタヤ貝柱フレークHK(具)を加えたら、溶き卵を回し入れ、火からおろし、蓋をして蒸らす。
- ④ 器に盛り、三つ葉を添える。

貝柱ピラフ



【材料(1人前)】

精白米	90g	【A】 ブイヨン	2g
玉ねぎ	30g	【A】 塩	1g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	20g	【A】 こしょう	0.05g
ミックスベジタブル	20g	【A】 水	135g
【A】 バター	4g	パセリ	0.8g

【作り方】

- ① 玉ねぎはみじん切りにする。
- ② 研いだお米、①、イタヤ貝柱フレークHK(具)、ミックスベジタブルと【A】を混ぜ合わせ、炊く。
- ③ 器に盛り、パセリを添える。

シーフードトマトスパゲッティ



【材料(1人前)】

スパゲティ(乾)	75g	いか(冷凍)	15g
玉ねぎ	60g	えび(冷凍)	10g
人参	15g	オリーブ油	1.5g
マッシュルーム(水煮)	10g	すりおろしにんにく	1g
ホールトマト(缶詰)	100g	白ワイン	7g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	10g	塩	1.2g
イタヤ貝柱フレークHK(液)	5g	パセリ	0.5g

【作り方】

- ① 玉ねぎ、人参、パセリはみじん切りにする。
- ② オリーブ油を鍋で熱し、すりおろしにんにく、玉ねぎ、人参、マッシュルームを加えて炒める。
- ③ ホールトマトを加え、野菜が柔らかくなるまで煮込む。
- ④ イタヤ貝柱フレークHK(具)(液)、いか、えびを加えて煮た後、白ワイン、塩を加えて味を調える。
- ⑤ 器に、茹でたスパゲティを盛り、④をかけ、仕上げにパセリを散らす。



🍷 イタヤ貝柱フレークHK 使用レシピ (主菜・スープ)



貝柱とかにのクリームシチュー



【材料(1人前)】

じゃがいも	20g	紅ずわいがに かにフレーク	10g
玉ねぎ	20g	じゃがいもポタージュ	18g
人参	10g	牛乳	120g
ほうれん草	10g	水	120g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	10g	塩	0.2g
		こしょう	0.05g

【作り方】

- ① じゃがいも、人参はさいの目切りにし、下茹でする。玉ねぎはさいの目切り、ほうれん草は下茹でし、食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に水を加え、じゃがいも、人参、玉ねぎを加えて煮る。
- ③ 野菜に火が通ったら、イタヤ貝柱フレークHK(具)、紅ずわいがに かにフレークを加える。
- ④ じゃがいもポタージュを加え、とろみが出たら、牛乳を加え、ひと煮立ちさせ、塩、こしょうで味を調える。
- ⑤ 仕上げにほうれん草を加える。

貝柱とかにのクリーミーグラタン



【材料(1人前)】

じゃがいも	85g	じゃがいもポタージュ	20g
ブロッコリー	40g	水	70g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	15g	チーズ	30g
紅ずわいがに かにフレーク	15g		

【作り方】

- ① じゃがいもは8mm幅の輪切り、ブロッコリーは子房で切り、各々下茹でする。
- ② 鍋にじゃがいもポタージュ、水を入れ、弱火で泡だて器を使い、よく混ぜながら加熱し、とろみがついたら、火を止める。
- ③ 器に①、イタヤ貝柱フレークHK(具)、紅ずわいがに かにフレークを盛り、②、チーズをかけて焼く。

貝柱と野菜のかき揚げ



【材料(1人前)】

玉ねぎ	40g	【A】 卵	15g
人参	5g	【A】 小麦粉	25g
青ねぎ	2g	【A】 水	40g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	15g	油	適量
イタヤ貝柱フレークHK(液)	5g		

【作り方】

- ① 玉ねぎ、人参は細切りにする。青ねぎは3cm程度の長さに切る。
- ② 【A】を合わせて衣を作り、①とイタヤ貝柱フレークHK(具)(液)を混ぜ合わせる。
- ③ 油を熱し、②を揚げる。

ほたてと新玉の卵スープ



【材料(1人前)】

玉ねぎ	20g	中華風だし	2g
卵	20g	水	150g
イタヤ貝柱フレークHK(具)	15g	ごま油	0.5g
人参	5g	こしょう	0.02g
わかめ(乾燥)	0.4g	片栗粉	1g

【作り方】

- ① 玉ねぎと人参は千切り、わかめは水戻ししておく。
- ② 鍋に中華風だし、水を入れ、玉ねぎと人参を加えて煮る。
- ③ イタヤ貝柱フレークHK(具)、わかめを加え、ごま油、こしょうで味を調える。
- ④ 水溶き片栗粉を加え、割りほぐした卵を回し入れる。





イタヤ貝柱フレークHK 使用レシピ（サラダ・和え物）



春キャベツと貝柱フレークのサラダ



【材料(1人前)】

キャベツ…………… 50g
きゅうり…………… 10g
塩……………0.3g
【A】 ホールコーン……………10g

【A】 イタヤ貝柱フレークHK(具)… 10g
【A】 イタヤ貝柱フレークHK(液)… 2g
【A】 マヨネーズ…………… 8g
【A】 こしょう…………… 0.01g

【作り方】

- ① キャベツは短冊切り、きゅうりは輪切りにし、塩をふり、しっかりもみこみ、しんなりしたら、水気を切る。
- ② ①と【A】を混ぜ合わせる。



貝柱とアスパラガスのマヨサラダ



【材料(1人前)】

トマト…………… 35g
アスパラガス…………… 20g
イタヤ貝柱フレークHK(具)… 10g
【A】 マヨネーズ…………… 8g

【A】 醤油…………… 1g
【A】 砂糖…………… 1g
【A】 酢…………… 0.5g
【A】 練りごま…………… 0.5g

【作り方】

- ① トマトは湯むきをし、さいの目切りにする。
アスパラガスは下茹でし、食べやすい大きさに切る。
- ② 【A】を合わせソースを作る。
- ③ イタヤ貝柱フレークHK(具)と①を②で和える。



大根と貝柱フレークのサラダ



【材料(1人前)】

大根…………… 50g
きゅうり…………… 10g
イタヤ貝柱フレークHK(具)… 10g
イタヤ貝柱フレークHK(液)… 2g

【A】 マヨネーズ…………… 8g
【A】 塩…………… 0.3g
【A】 こしょう…………… 0.01g

【作り方】

- ① 大根、きゅうりは千切りにし、歯ごたえの残る程度に茹で、水にさらし、しっかり水気を切る。
- ② ①とイタヤ貝柱フレークHK(具)(液)、【A】を混ぜ合わせる。



ほうれん草と貝柱の酢みそ和え



【材料(1人前)】

ほうれん草…………… 30g
わかめ(乾燥)…………… 1g
人参…………… 5g
イタヤ貝柱フレークHK(具)… 15g

【A】 味噌…………… 5g
【A】 酢…………… 4g
【A】 砂糖…………… 4g
【A】 パウミ…………… 1g

【作り方】

- ① ほうれん草は茹でて3cm程度に切り、水気をよく切る。
人参は千切りにし、さっと下茹でて水気を切る。
わかめは水で戻し、水気を切る。
- ② 【A】を合わせ、酢味噌を作る。
- ③ イタヤ貝柱フレークHK(具)と①を②で和える。