

金沢オーガニッククラブ

クックたかくらの

安全と
おいしさ
一押しの

お惣菜

4 週のみ 冷凍 翌々週

5月メニュー!!

92402 きつねご飯の素



調理済

●袋からだし、自然解凍して、2 合分の酢飯と混ぜ合わせお召し上がりください。

150g **378円**

92405 ヘルシーナゲット



調理済

●袋からだし自然解凍して、アルミホイルを掛けてオープンで温めてお召し上がりください。

150g **564円**

92407 中華丼の素



調理済

●袋から出し自然解凍し、鍋に移し弱火で温めてお召し上がりください。

230g **628円**

92411 チキンカツ



調理済

●フライパンや、オープンで温めてください。

2枚入り **490円**

92414 からあげ



調理済

●袋から出し自然解凍し、オープンで軽く焼いてお召し上がりください。

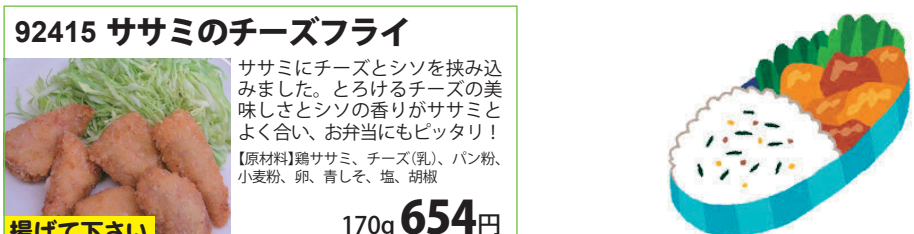
130g **624円**

92415 ササミのチーズフライ



揚げて下さい

170g **654円**



92421 すきやき風コロッケ



調理済

●袋から出し、自然解凍してフライパン(オーブン)で温めてお召し上がりください。

150g **506円**

92422 おはぎ



自然解凍

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

3個 **524円**

92423 体に優しい豚のメンチカツ



調理済

●袋から出し、自然解凍してフライパンで両面を焼いてお召し上がりください。

150g **496円**

92429 ジャーザー麺の素 **得**



調理済

●袋から出し自然解凍し、鍋に移し弱火で温めて、キュウリなどの具を加えよく冷やした麺にかけてお召し上がりください。

150g **530円**

92430 パクパク餃子



焼いて下さい

30個 **1,018円**

手作り冷凍惣菜の「クックたかくら」は、東京都東久留米市にあります。社長・高倉正雄さんが、脱サラ後、娘さんのアトピーをきっかけに自然食品店を開店、余った野菜で奥さんの久江さんが作る惣菜が美味しいと評判になり惣菜屋さんに転身して「クックたかくら」が誕生しました。人の体と心を作っていくのに大切な食べ物、だから原材料は厳選された有機農・畜・海産物、これら安心の食材です。

もうひとつの特長は、自家製の無農薬無化学肥料ハーブ。高倉さんが趣味で始め、今では 50 坪ほどの畑で、バジル、タイム、シソ、レモンバーベナ、ローズマリー、コリアンダーなど 20 ～ 30 種のハーブを育てています。木酢

92466 鶏肉の甘酢ごま煮



調理済

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

150g **494円**

ちっちゃなシリーズはお弁当にピッタリ！

92520 ちっちゃな餃子



焼いて下さい

●自然解凍して、フライパンで焼く、または蒸してお召し上がりください。

10個 **397円**

ベジシリーズ

植物性原料だけで作った高たんぱく低カロリーなお惣菜シリーズ。クックたかくらはオーガニック・有機栽培・国内産・無添加にこだわった惣菜を35年以上作り続けています。機械は使わず、全て手作りで日本一のベジタリアン惣菜に取り組んでいます。

92557 グッドミー ミートボール



調理済

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

10個入 **571円**

液などで防虫し、毎朝晩収穫しています。それぞれのハーブの特徴と、料理の中でどんな役割を果たすかでハーブの使い方は変わってきます。

味や素材の安全性はもちろん、「クックたかくら」がこだわっているのは「手作りの味」。目には見えないお客さんに食べてもらうものだからこそ、“きちんと作る”という気持ちをしっかり持ち、お客さんが食べて“ああ、家庭の味だ”って思っていたるように工夫しています。

厳選した食材とハーブをたっぷり使った、□にして始めてわかる手作りの美味しさが、クックたかくらの惣菜の特徴です。

92558 グッドミー ちっちゃなハンバーグ



調理済

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

6個入り **527円**

92559 グッドミー メンチカツ



調理済

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

4個 **560円**

92560 グッドミー 春巻き (未調理)



焼いて下さい

3本入り **583円**

92561 グッドミー ミートソース **得**



調理済

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

140g **510円**

92563 ベジ豆乳のクリームコロッケ



調理済

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

4個 **622円**



92564 ベジ豆腐ハンバーグ



調理済

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

4個入り **594円**

92566 ベジカレーピラフドリア



オープン調理

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

180g **564円**

92567 ベジポテトグラタン



オープン調理

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

180g **548円**

92568 ベジマカロニグラタン



オープン調理

●袋から出し、自然解凍して、そのままお召し上がりください。

180g **625円**

