

日本食研



リスパック株式会社

時短・簡便メニュー

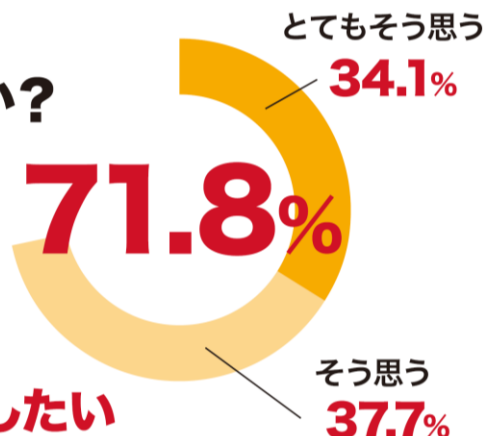
精肉 VS 鮮魚

レシピブック



Q.料理に対し 時短をしたいか？

合計7割以上が
料理の時間を時短したい



Q.料理をする際の悩み

1位	メニューを考えるのが手間 ……………	43.7%
2位	レパートリーが少ない ……………	38.0%
3位	時間がかかる ……………	36.6%

生活者はメニューに悩んでいる

Q.レンジ調理商品の中で どんなメニューが購入したい？

1位	グリル・照り焼き(チキン) ……………	30.5%
2位	ステーキ(牛) ……………	29.0%
3位	味付け・焼き魚 ……………	27.0%

購入したいレンジ調理品
1位はグリル・照り焼きチキンだが…

時短・簡便商品のメニューバリエーションをご提案
購入したいレンジ調理商品1位を奪われた鮮魚部門が
「打倒・精肉」に燃える？



精肉メニュー



チーズタッカルビ



容器名: バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

若鶏もも肉 (230g) ※1/2にカットして使用、
旨辛焼のたれ (69g)
シュレッドチーズ (30g)

旨辛焼のたれ2kg

辛さの中に深い
旨味とコク。



チキンステーキ (バジル)



容器名: バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

若鶏もも肉 (230g) ※1/2にカットして使用、
鶏モモバジルソテーオイル700g (23g)

鶏モモバジルソテー オイル700g

10種類以上の香辛料・
ハーブが香る。



レンジ調理【精肉】

チキンステーキ（レモン）

容器名：バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

若鶏もも肉（230g）※1/2にカットして使用、
レモンペッパー焼オイル（23g）
スライスレモン（1枚）

スライスレモン
500g冷凍

洗浄不要で
そのまま使える。



レモンペッパー焼オイル
700g

レモンとペッパーの爽やかな
ソース。



チキンステーキ（レモン）（小）

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

若鶏もも肉（115g）※1/2にカットして使用、
レモンペッパー焼オイル（15g）
スライスレモン（1枚）

スライスレモン
500g冷凍

洗浄不要で
そのまま使える。



レモンペッパー焼オイル
700g

レモンとペッパーの爽やかな
ソース。



レンジ調理【精肉】



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフ레이크250g

スペアリブ

容器名: バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

スペアリブ (300g)

焼肉オイル (30g)、

ガーリックフライドフ레이크 (3g)

焼肉オイル

お肉が柔らかく
仕上がる



ガーリックポークステーキ

容器名: バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

豚肩ロース (240g) ※120g×2枚、

手羽のガーリックペッパー焼オイル (24g)、

ガーリックフライドフ레이크 (3g)



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフ레이크250g

手羽のガーリック
ペッパー焼オイル
700g



レンジ調理【精肉】

カットトンテキ

容器名：バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

豚ローストンテキ用 (280g)

トンテキオイル (24g)

ガーリックフライドフ레이크 (3g)



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフ레이크250g

トンテキオイル700g

お肉を柔らかく仕上げます。
スパイシーでコクのある味わい。



カットトンテキ (小)

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

豚ローストンテキ用 (180g)

トンテキオイル (18g)

ガーリックフライドフ레이크 (3g)



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフ레이크250g

トンテキオイル700g

お肉を柔らかく仕上げます。
スパイシーでコクのある味わい。



レンジ調理【精肉】

ガーリックビーフステーキ

容器名：バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

牛肩ロースステーキ用(180g)

焼肉オイル(モモ肉用)(18g)

ガーリックフライドフレイク(3g)



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフレイク250g

焼肉オイル(モモ肉用) 700g

酵素とでん粉の力で、お肉を
ジューシーで柔らかく仕上げ
ます。香ばしい醤油味。



レモンステーキ

容器名：バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

牛肩ロースステーキ用(180g)

レモンペッパー焼オイル(23g)

スライスレモン(1枚)



スライスレモン 500g冷凍

洗浄不要で
そのまま使える。



レモンペッパー焼オイル 700g

レモンとペッパーの爽やかな
ソース。



タンドリーチキン

容器名：バイオ 食悦 25-15B 黒

【使用食材】

手羽元 (300g)

タンドリーチキンオイル (30g)



タンドリーチキン
オイル



タンドリーチキン (小)

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

手羽元 (180g)

タンドリーチキンオイル (18g)



タンドリーチキン
オイル



ガーリックカットステーキ

容器名：宅悦20-20 リーストグリーン

【使用食材】

牛肩ロース(250g)

サーロインステーキオイルソース(25g)

ガーリックフライドフ레이크(3g)

サーロインステーキ オイルソース700g

酵素の働きでお肉を
柔らかく仕上げます。



一振りです味・見栄えを向上



ガーリックフライドフ레이크250g

ガーリックビーフライス

容器名：宅悦20-20 リーストグリーン

【使用食材】

牛バラ切り落とし(200g)

冷凍コーン(15g)、カットねぎ(10g)

ガーリックフライドフ레이크(5g)

手羽のガーリックペッパー焼オイル(50g)

手羽のガーリック ペッパー焼オイル 700g



一振りです味・見栄えを向上



ガーリックフライドフ레이크250g

定番メニュー フライパン調理【精肉】



プルコギ

容器名：宅悦20-20 ルミナスシルバー

【使用食材】

牛切り落とし(300g)

プルコギのたれ(30g)

刻みねぎ(3g)

プルコギのたれ2kg

ごま油の豊かな
香りとコク深い甘味。



ローストビーフ

容器名：宅悦20-20 レモンレタス

【使用食材】

牛モモブロック(230g)※厚さ4~5cm

ローストシーズニング15g(1袋)

ローストビーフソース20g(1袋)



ロースト
ビーフソース 20g



ロースト
シーズニング15g



定番メニュー フライパン調理【精肉】



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフレーク250g



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフレーク250g

サムギョプサルセット

容器名：宅悦20-20 レモンレタス
60BL浅/60TCL

【使用食材】

豚バラ焼肉用6mm厚(200g)

塩ごま油 10g(1袋)

追いだれ 旨辛 10g(1袋)

ガーリックフライドフレーク(7g)

塩ごま油 10g



追いだれ 旨辛 10g

トンテキ

容器名：宅悦20-20 レモンレタス
60BL浅/60TCL

【使用食材】

豚肩ロース(230g)

ガーリックフライドフレーク(3g)

トンテキのたれ30g(1袋)

から揚げ用まぶし粉 40g(1袋)



トンテキのたれ30g



から揚げ用
まぶし粉 40g

定番メニュー フライパン調理【精肉】

チキン南蛮セット



容器名: 宅悦20-20 レモンレタス

【使用食材】

鶏むね肉 (250g)

チキン南蛮のたれ 35g (1袋)

タルタルソース 15g (2袋)

から揚げ用まぶし粉 40g (1袋)



チキン南蛮のたれ 35g



タルタルソース 15g



から揚げ用まぶし粉 40g

油淋鶏セット



容器名: 宅悦20-20 レモンレタス

【使用食材】

鶏もも肉 (250g)

油淋鶏用香味ソース 30g (1袋)

から揚げ用まぶし粉 40g (1袋)



油淋鶏用香味ソース 30g



から揚げ用まぶし粉 40g

ポークチャップセット

容器名：宅悦20-20 レモンレタス
/90BL/TCL



【使用食材】

豚肩ロース(230g)、
玉ねぎみじん切り(60g)
トマト煮込みソース 70g(1袋)
バターソース 7g チルド(1袋)



トマト煮込みソース 70g(1袋)



バターソース 7g チルド(1袋)



鮮魚メニュー





サーモンガーリックペッパー

容器名: バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

オリーブガーリックソテーオイル(16g)

オリーブガーリック ソテーオイル700g

オリーブオイルと
ガーリックの旨み。



サーモンレモンペッパー

容器名: バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

レモンペッパー焼オイル(16g)

レモンペッパー焼オイル 700g

レモンとペッパーの爽やかな
ソース。



レンジ調理【鮮魚】



サーモンバジルオイル

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

サワラのバジル焼オイル(16g)

サワラのバジル焼 オイル 700g

バジルの爽やかな香り。



メカジキガーリックペッパー

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

メカジキ(80g)×2

オリーブガーリックソテーオイル(16g)

オリーブガーリック ソテーオイル700g

オリーブオイルと
ガーリックの旨み。





メカジキレモンペッパー

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

メカジキ(80g)×2

レモンペッパー焼オイル(16g)

レモンペッパー焼オイル 700g

レモンとペッパーの爽やかな
ソース。



メカジキバジルオイル

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

メカジキ(80g)×2

サワラのバジル焼オイル(16g)

サワラのバジル焼 オイル 700g

バジルの爽やかな香り。





ガーリックホタテ

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

ボイルホタテM玉（6ヶ）

オリーブガーリックソテーオイル（12g）

オリーブガーリック ソテーオイル700g

オリーブオイルと
ガーリックの旨み。



レモンペッパーホタテ

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】

ボイルホタテM玉（6ヶ）

レモンペッパー焼オイル（12g）

レモンペッパー焼オイル 700g

レモンとペッパーの爽やかな
ソース。



ねぎ塩ホタテ

容器名：バイオ 食悦 20-15B 黒

【使用食材】
ボイルホタテM玉(6ヶ)
海鮮ねぎ塩焼オイル(12g)



海鮮ねぎ塩焼オイル
700g

塩味ベースに
にんにくの旨み。



定番メニュー フライパン調理【鮮魚】



えびのアヒージョ

容器名：宅悦20-15平 レモンレタス
90BL/TCL

【使用食材】

ムキエビ(120g)

アヒージョオイル(80g)

アヒージョオイル 900g

アンチョビの旨みとコク。



ガーリックシュリンプ

容器名：宅悦20-24 レモンレタス
60BL浅/TCL

【使用食材】

殻付きバナメイ(130g)

アヒージョオイル(30g)

から揚げ用まぶし粉40g(1袋)

ガーリックフライドフレーク(5g)



一振りで味・見栄えを向上



ガーリックフライドフレーク250g



アヒージョオイル
900g



から揚げ用
まぶし粉 40g

定番メニュー フライパン調理【鮮魚】



サーモンムニエル

容器名：宅悦20-24 レモンレタス

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

から揚げ用まぶし粉40g(1袋)

タルタルソース15g(2袋)

グリルシーズニングレッド5g(1袋)



から揚げ用
まぶし粉 40g



タルタルソース 15g



グリルシーズニング
レッド5g(1袋)

鮭の西京焼き

容器名：宅悦20-15平 千年杉

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

西京漬の素(48g)



西京漬の素 1kg

甘酒を使用した
深みのある甘味。



定番メニュー フライパン調理【鮮魚】



鮭の粕漬

容器名：宅悦20-15平 えん赤

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

粕漬の素(48g)

粕漬の素 1kg

酒粕のまろやかな
甘みとコク。



鮭の塩糀

容器名：宅悦20-15平 えん赤

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

生塩糀(16g)

生塩糀400g

魚をしっとり柔らかく。



鮭の醤油糀

容器名：宅悦20-15平 えん赤

【使用食材】

銀鮭(80g)×2

生醤油糀(16g)



生醤油糀400g

魚をしっとり柔らかく。



サワラの西京焼漬

容器名：宅悦20-15平 千年杉

【使用食材】

サワラ(80g)×2

西京漬の素(48g)



西京漬の素1kg

甘酒を使用した
深みのある甘味。



赤魚粕漬

容器名：宅悦20-15平 えん赤

【使用食材】
赤魚×2フィーレ
粕漬の素(48g)



粕漬の素

酒粕のまろやかな
甘みとコク。



[illegible]

[illegible]

■リスパック事業所一覧

営業本部	TEL(0568)67-5513(代) FAX(0568)67-7721 〒484-0894 愛知県犬山市羽黒宮浦1番地
バイオ営業部	TEL(0568)67-5513(代) FAX(0568)67-7721 〒484-0894 愛知県犬山市羽黒宮浦1番地
札幌営業所	TEL(011)864-8394(代) FAX(011)864-8147 〒003-0024 札幌市白石区本郷通4丁目南1番2号
仙台支店	TEL(022)223-3113(代) FAX(022)223-3115 〒980-0811 仙台市青葉区一番町2丁目8番15号(太陽生命ビル5階)
東京支店	TEL(03)6702-0190(代) FAX(03)5649-3606 〒103-0002 東京都中央区日本橋馬喰町1丁目6番7号
大宮営業部	TEL(048)650-3786(代) FAX(048)650-3789 〒330-0801 さいたま市大宮区土手町1丁目62の1(ワコーレ大宮ビルⅡ2階)
西東京営業部	TEL(042)724-1580(代) FAX(042)724-6495 〒194-0022 東京都町田市森野1丁目25番5号(博信ビル3階)
名古屋支店	TEL(052)732-1411(代) FAX(052)733-3740 〒464-0850 名古屋市千種区今池4丁目1番29号(ニッセイ今池ビル1階)
金沢営業所	TEL(076)237-5480(代) FAX(076)237-8615 〒920-0062 金沢市割出町633番地の1(新保第2ビル3階)
静岡営業所	TEL(054)205-3231(代) FAX(054)273-2750 〒420-0851 静岡県静岡市葵区黒金町11番地7(大樹生命静岡駅前ビル5階)
大阪支店	TEL(06)6445-7722(代) FAX(06)6445-7527 〒550-0003 大阪市西区京町堀1丁目6番4号(アーバンリサーチビル5階)
中四国支店	TEL(086)212-1611(代) FAX(086)212-1615 〒700-0821 岡山市北区中山下1丁目2-3(太陽生命岡山ビル7階)
福岡支店	TEL(092)431-8032(代) FAX(092)473-5908 〒812-0016 福岡市博多区博多駅南1丁目2番15号(事務機ビル5階)