

## 7.瀬戸内海産 太刀魚の中華揚げ煮

11月～12月が旬の瀬戸内海産の太刀魚は、とろける脂の旨味がありながら後味さっぱりの上品な味わいが特徴。Bon Quishでは、香ばしく揚げた太刀魚を、旨みたっぷりの西尾シェフ特製中華だれで煮込むことで、食欲をそそる香りがたまらない逸品に仕上げました。白いご飯でも、ビールでも、お好みの組み合わせでどうぞ。



### 湯せん解凍：5分

沸騰したお湯に商品を凍ったまま入れ、再沸騰後**5分以上**加熱してください。

内容量	70g
カロリー	110.0Kcal/1袋あたり
塩分	1.6g/1袋あたり
アレルギー	小麦・ごま・大豆・豚肉

#### 原材料

太刀魚(瀬戸内海産)、ねぎ、しょうが、紹興酒、砂糖、醤油、ごま油、中華だし粉(食塩、デキストリン、チキンエキス、食用油脂、野菜エキス(オニオンエキス、キャベツエキス、ニンジンエキス)、たん白加水分解物、香辛料、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、pH調整剤)(一部に、小麦、大豆、鶏肉、ごまを含む)

## 1.大分県産 津久見ぶりの丁寧な漬け焼き

秋から冬が旬のぶり。海水温が下がるほど脂がのりさらに美味しくなります。中でも大分県産津久見ぶりは、上品でふっくらとした食感が楽しめます。甘めのたれをつけて、じっくりと丁寧に焼き上げているため、ぶりの身までしっかり味が染み込み、白いご飯が止まらない逸品。ほっこりとした時間をどうぞ。



### 湯せん解凍：5分

沸騰したお湯に商品を凍ったまま入れ、再沸騰後**5分以上**加熱してください。

内容量	80g
カロリー	233.0Kcal/100gあたり
塩分	0.8g/100gあたり
アレルギー	小麦・大豆

#### 原材料

ぶり(大分県産)、清酒、みりん、醤油、砂糖、(一部に小麦・大豆を含む)

## 8.長崎県産 真鯛の四川家庭風炒め

久々に天然真鯛の登場です。今回は天然真鯛漁獲高全国第1位の長崎県産をご用意。長崎県産は特に身が引き締まり、しっかりとした弾力と旨味が特徴。この真鯛とシャキシャキ食感の野菜を、西尾シェフ特製の辛みを効かせたソースで炒めました。あとをひく美味しさがたまらない逸品。ビールや紹興酒とともにどうぞ。



### 湯せん解凍：7分

沸騰したお湯に商品を凍ったまま入れ、再沸騰後**7分以上**加熱してください。

内容量	110g
カロリー	120.0Kcal/1袋あたり
塩分	1.9g/1袋あたり
アレルギー	小麦・大豆・鶏肉

#### 原材料

真鯛(長崎県産)、パプリカ、ピーマン、セロリ、椎茸、紹興酒、塩、胡椒、酒粕、砂糖、醤油、酢、豆板醤、小麦粉、片栗粉、中華だし粉(食塩、デキストリン、チキンエキス、食用油脂、野菜エキス(オニオンエキス、キャベツエキス、ニンジンエキス)、たん白加水分解物、香辛料、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、pH調整剤)(一部に、小麦、大豆、鶏肉を含む)

## 2.愛知県産えびと瀬戸内海産たこのさつま揚げセット

初登場「愛媛県産えびちくわの里 青木蒲鉾店」からBon Quishオリジナルさつま揚げをお届け。昭和25年創業以来、伝統の味を大切に、真心込めて作り続けている名店です。えびの香り、たこの食感が存分に楽しめるさつま揚げは、おかずはもちろん、日本酒との相性もバッチリ。お好みでしょうが醤油を添えて。



### 湯せん解凍：8分

沸騰したお湯に商品を凍ったまま入れ、再沸騰後**8分以上**加熱してください。

内容量	75g
カロリー	145.0Kcal/100gあたり
塩分	1.4g/100gあたり
アレルギー	えび・大豆

#### 原材料

魚肉すり身(スケトウダラ(北海道産)、砂糖)(国内製造)、小えび(あきあみ(愛知県産)、食塩)、植物油、小えび、粉末状大豆たん白、醗酵調味液、食塩、魚介エキス、砂糖、たん白加水分解物/加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、V.C、乳化剤、酵素、(一部にえび・大豆を含む)

### 3.宮城県産 宗八カレイの煮つけ

髪を後ろで全部束ねた時のような見た目(そうはつ)から名付けられた「宗八(そうはち)カレイ」。淡泊な味わいながら、旨味と程よくのった脂が特徴です。Bon Quishでは、甘みを感じる醤油だれで煮付けにしました。ほろっとほぐせるふんわりとした身と、甘じょっぱいタレで、あつあつご飯が進みます。



※身の中に小骨が残っている場合がございます。お召し上がりの際は、充分にご注意ください。

#### 湯せん解凍：5分

沸騰したお湯に商品を凍ったまま入れ、再沸騰後**5分以上**加熱してください。

内容量	140g
カロリー	150.0Kcal/1袋あたり
塩分	1.8g/1袋あたり
アレルギー	小麦・大豆

#### 原材料

宗八カレイ(宮城県産)、たれ(清酒、醤油、みりん、還元水飴、砂糖、しょうが)／増粘多糖類、(一部に小麦・大豆を含む)

### 5.長崎県産 真サバのプレステリーヌ 赤パプリカのソース

フレンチの定番、テリーヌ。今回は、脂がのった長崎県産真サバとじゃがいもを交互に敷き詰め、上から重しをして冷やし固めた、ボリュームなテリーヌに仕上げました。ハーブが香るテリーヌを、オリーブがアクセントの赤パプリカソースがぐっと引き立てる、藤井シェフ渾身の逸品。よく冷やした泡ものとともに、お楽しみください。



#### 流水解凍

商品を袋のまま、器又はボールに入れ、常温水を張り、全体が柔らかくなるまで**20分以上**お待ち下さい。

内容量	150g
カロリー	175.0Kcal/100gあたり
塩分	0.9g/100gあたり
アレルギー	乳成分・鯖・ゼラチン

#### 原材料

生クリーム(国内製造)、パプリカ(栃木県)、さば(長崎県)、ばれいしょ(遺伝子組換えでない)、たまねぎ、レモン、にんじん、オリーブオイル、グリーンオリーブ、ブラックオリーブ、セロリ、しょうが、ゼラチン、食塩、ディル、ワインビネガー、コリアンダー、タイム、とうがらし、月桂樹／酸化防止剤(V、C、亜硫酸塩)、酸味料、グルコン酸鉄、(一部に乳成分・さば・ゼラチンを含む)

### 4.讃岐さーもんとデュクセルのロール卷 大葉クリームソース

デュクセルとは、キノコを細かく刻んでバターでソテーしたペーストのこと。さわやかな旨みとさっぱりとした味わいの讃岐さーもんで、たっぷりのデュクセルを贅沢に巻き付けた、手の込んだお料理に仕上げました。大葉の香り豊かなソースは、ショートパスタにつけても美味しくいただけます。秋の夜長を白ワインとともにどうぞ。



#### 湯せん解凍 料理:8分/ソース:2分

沸騰したお湯に商品を凍ったまま入れ、料理本体は再沸騰後**8分以上**、ソースは**2分以上**加熱してください。

内容量	90g
カロリー	111.0Kcal/100gあたり
塩分	0.2g/100gあたり
アレルギー	卵・乳成分・鮭・豚肉・ゼラチン

#### 原材料

サーモン(香川県)、しめじ、白ワイン、しいたけ、エリンギ、グリーンピースピューレー、ばれいしょ(遺伝子組換えでない)、生クリーム、魚介だし、鶏卵、無塩バター、しそ、ほうれんそう、葛粉、塩胡椒／酸化防止剤(亜硫酸塩)、香辛料、調味料(核酸等)、(一部に卵・乳成分・さけ・豚肉・ゼラチンを含む)

### 6.瀬戸内海産 スズキの蒸し焼き 魚介の旨みソース

魚介の旨みとコクが堪能できるアメリカーナソースに、トマトを加え丁寧に裏ごしした、藤井シェフオリジナルソース。ほんのり甘い大根の上に、瀬戸内海産の上質なスズキをのせて、自慢のソースをたっぷりとかければ、特別なディナーに早変わり。よく冷やした重めの白ワインとの相性抜群。余ったソースはバケットに付けて、最後までお楽しみください。



#### 湯せん解凍 魚:5分/野菜:10分/ソース:2分

沸騰したお湯に商品を凍ったまま入れ、魚は再沸騰後**5分以上**、野菜は**10分以上**、ソースは**2分以上**加熱してください。

内容量	120g
カロリー	83.0Kcal/100gあたり
塩分	1.2g/100gあたり
アレルギー	乳成分・小麦・えび・かに・牛肉・大豆・豚肉・ゼラチン

#### 原材料

すずき(瀬戸内海)、だいこん、たまねぎ、オリーブオイル、アメリカンソース、はちみつ、銀杏水煮、パイヨン、トマトピューレー、魚介だし、にんにく、塩胡椒、レモン、タラゴン／調味料(核酸等)、pH調整剤、香辛料、香料、酸化防止剤(V、E)、酸味料、増粘剤(グァー)、着色料(カラメル)、(一部にえび・かに・小麦・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)