

# MIOMONITORのおすすめスープはコレ!!

**たまごスープ** こだわりは卵の産地と新鮮さ



青森県・岩手県の契約養鶏場で生まれた新鮮な卵のみ使用。ふわふわのかき玉が特長です。

さっと溶けてふわふわです!  
加藤公子さん

**沖縄産もずくスープ** プリプリもずくがそのままに



沖縄産もずく100%。国産のゆずとみつばを使用。お湯でも水でも注ぐだけで楽しめます。

ゆず・みつばがきいていて、もずくも歯ごたえがあっていい!  
武藤佐和さん

**野菜の美味しいスープ** 5種の野菜がたっぷり



キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・さやえんどう・にんじんと卵。チキンベースにごま油をきかせた中華スープです。

生野菜換算で75g

野菜の種類が多くて健康的!  
千葉直子さん

**国産ごぼうの和風スープ** シャキシャキ感がおいしい



国産ごぼうのシャキシャキした食感がそのまま味わえます。油揚げ・しいたけ・ねぎ・ゴマも入った具だくさんの和風スープ!

ごぼう食べてる!!って感じ。歯ごたえが良く香りが本当にいい。  
今満江里子さん

**淡路島産たまねぎのスープ** 玉ねぎたっぷり濃厚スープ



甘みの強い淡路島産のたまねぎを、アメ色になるまでじっくり炒めました。しっかり食感の濃厚なスープです。

すごくおいしいです。これはいいですね~!  
久保田由美子さん

**真っ赤なトマトのスープ** 寒い朝にあったかいトマトスープ



果肉感はフリーズドライならではの、オリーブオイルとソテーオニオン、パルメザンチーズの深いコク。鶏のひき肉も入っています。

イタリアンディナーのスープにも使えますよ!  
伊藤さち子さん

**もっとおいしく! アレンジも楽しめます♪**

ご飯・うどん・タコ焼き・餅・フランスパンなどをスープに入れて食べてみました。これだけで昼食の一品になるし夜食にもGood! アイデア次第でバリエーションは無限大! 皆さんもいろいろな組み合わせをお楽しみください。

**もずくスープ+タコ焼き**



味があっさりしているから、いろいろな組み合わせが楽しめますね。  
千葉直子さん

**ごぼうスープ+うどん**



小腹が空いた時や夜食にピッタリ。ご飯を入れてもいいですね。  
大島香代子さん

**たまねぎスープ+豆腐**



ちょっとピクリの組み合わせですが、意外に合いますよ!  
武藤佐和さん

# MIOMONITORが 食べ比べ!! まるで手作りみたい! おいしいインスタント! CO-OPフリーズドライスープ



忙しい朝食やお弁当などのお助けアイテム「フリーズドライスープ」。ユーコープで扱っている19種類の中から6つチョイスして、MIOモニター\*が試食しました。

\*MIOモニター:MIO誌面作成に協力している組合員の皆さんです。2013年度は220人が登録しています。

**フリーズドライって何?**  
フリーズドライとはマイナス40℃で凍らせて真空乾燥させる製法のことです。

**粉のインスタントスープとは違うの?**

粉のインスタントスープは熱風で乾燥させるため、素材の食感を保つのが難しく、味も変化してしまいます。フリーズドライは低温で乾燥させるため、素材本来の味・香り・食感がそのまま楽しめます。



## MIO MONITORの人気のスープはこれ!

- 第1位 淡路島産たまねぎのスープ**
  - 家庭では出せない味。思わずおかわりしました。
  - アメ色のたまねぎがおいしい!
- 第2位 沖縄産もずくスープ**
  - あっさりしているので食欲のないときにも。
  - もずくの食感がよい。
- 第3位 国産ごぼうの和風スープ**
  - ごぼうの香りが良く、和食に合いそう。
  - ごぼうがたくさん入っていて贅沢な感じ。

\*店舗によっては取り扱いのないものもあります。

