



co-op
無着色

辛子明太子(切子)

8

凍 100g

380 円 (税込 410 円)

(税込 410円)

ハピ・デリ!
表紙

毎日のエコラベル

MSC 認証マーク

漁の際に必要以上に
獲りすぎないよう。
☆ 網の目を粗くして☆
小さな魚を逃がすなど
持続可能な漁業
のための工夫をしています☆



新潟県の工場で製造しています

着色料や発色剤を使わず、素材本来の色合いや食感を生かした
辛子明太子です。ピリッとした辛さと、隠し味のゆずの爽やかな風味が
食欲をそそります！

組合員さんの声

お手頃価格なのにおいしくて
満足しています。

辛さもちょうどいいし、
粒もしっかりしているので
何度もリピートしています。

ピリ辛で、ゆず果汁が
いいアクセントです。
冷凍庫に入っていると
つつい白米に合わせて
たくさん食べてしまいます。
常備しておきたい一品です。

アレンジレシピ

辛子明太子入りふわふわ焼き

【材料】約8個分

はんぺん	1枚	無着色辛子明太子(切り)	2切
充填絹ごし豆腐	150g	青ネギ(輪切り)	大さじ3
片栗粉	大さじ1	油	大さじ2

【作り方】

- ①明太子を解凍し、細かく切る。
- ②油以外の材料を全てボウルに入れて、しっかりこねる。
- ③フライパンに油を入れて中火で熱し、②を入れて、少し平たくする。
- ④5分経ったらひっくり返して、そのまま5分加熱する。
- ⑤両面に程よく焦げ目がついたら完成。



裏面では「インターネット注文」のご案内をしています。ぜひご覧ください。



e フレンズは締め切り時間に余裕があって便利です。

こんなことはありませんか？

今日はコープの配達日なのに、
注文書を書くの忘れてた...
配達時間に間にあわない...



e フレンズに登録しておくと

締め切り時間に余裕があってとっても便利です。

(e フレンズの注文締め切り時間：配達日の翌々日午前 2 時まで)

**今週の商品が届いてから、来週に必要な商品を
注文しても間に合いますので重複も防げて便利です！**

【代表的な注文方法の紹介】

※紙のカタログを見ながら、e フレンズで注文する方法です。
web サイトの e フレンズ画面を表示しています。

- ① ウィークリーコープトップ画面の注文企画回を選び、
- ② 欲しい商品の注文番号を入力し、数量を選択する。
- ③ 注文番号の入力が完了したら、最後に **注文** を押すと注文完了です。

「注文番号」マークをタップ。



商品名や
注文合計金額が
表示されるので、
安心してご注文
いただけます！

このほかにも e フレンズには、便利な機能がたくさんあります！

まずはログインしてみてください！

ご不明点は、ぜひ e フレンズサポートセンターへお問い合わせください。

TEL 0120-851-202 (受付時間 月～金：10：00～20：00、
土：10：00～17：00、日曜休み)

「e フレンズ」のご登録がお済みでない方は
この機会にぜひご登録をお願いいたします♪

利用登録はこちらから→

こちらからも利用登録できます コープデリ 検索



e フレンズに
ご登録済みの方は
こちらから→

