

乾燥モズクで簡単 スピードメニュー提案

沖
友

みそ汁、あえ物、てんぷらに
そのままちぎって使える

【那覇】みそ汁やあえ物
にちぎってすくに使える
乾燥モズクはいかがー。



フコイダンたっぷりの
「乾燥もずく」

沖縄県産モズクの販売を
手掛ける沖友（岡村邦康
社長）では、フコイダン
たっぷりの「乾燥もずく」
の新しい食べ方を提案し
ている。

乾燥モズクは料理の前
段で水で戻すという手順
を踏むのが一般的。水で
戻した後に、酢の物、み
そ汁の具、サラダ、てん
ぷらなどに使う。しかし、
同社沖縄営業所の普天間

郁子さんは「乾燥モズク
を適当な大きさにちぎっ
て毎朝のみそ汁に入れる
だけでおいしいモズクみ
そ汁が出来上がる。歯応
えもいいし、とても簡単
にできるモズクのプラス
ワンメニュー」と説明す
る。

モズクみそ汁のほかに
普天間さんが勧める乾燥
モズクのスピード料理
は、「乾燥モズクとタイ



「乾燥モズク
の簡単あえ
メニュー」

沖縄県漁連
が製造元。
原料はすべ
て生モズク
を使うた
め、塩漬け
原料を使っ
た他のモズ
ク加工品と
比べ、有効
成分のフコ
イダン含有
量が多いと

コンの簡単あえ」。作り
方は、乾燥モズクを食べ
やすい大きさにちぎり、
ドレッシングをかけてな
じませる。千切りにした
ダイコンとツナ缶のツナ
もドッキングさせ、器に
盛る。最後にネギかオニ
オンスライスを乗せれば

出来上がり。「もう一品
欲しい」というときにす
ぐにプラスワンのメニュ
ーになる。

そのままちぎって衣を
付け、油で揚げると、歯
応え十分のモズクかき揚
げができる。

同社の「乾燥もずく」は
いう特徴がある。同社で
は通常の8倍というピツ
グサイズ（80g）の「乾燥
もずく」を大手通販会社
で販売展開しているが、
食品部門では常にトップ
水準の販売実績を記録し
ているという。「50〜60
歳の健康に関心の高い中
高年、とりわけ主婦層に
支持されている。リピート
率が高い」と普天間
さんは話す。

市販用の「乾燥もずく」
は内容量10g。希望小売
価格630円（消費税込
み）。水で戻すと約20倍
になる。

▼株沖友沖縄営業所
沖縄県那覇市小緑699
の203、電0908・8
57・3739