

Tupperware storage

野菜高騰！家計のピンチに 鮮度を保つ上手な野菜保存で節約を

食品保存用のプラスチック製密封容器を製造販売する日本タッパーウェア株式会社（本社：東京都港区西麻布、代表取締役：チャールズ・ヘンリー）は、野菜が高騰し、家計のやりくりで悩んでいる主婦に、節約に役立つ賢い野菜保存の方法を提案しています。

日照不足などの天候不順のため野菜の価格が高騰し、景気回復が遅れるなか、家計をあずかる主婦の悩みが増大しています。

農林水産省の調査では、キャベツの小売価格の全国平均が232円で平年比120%、レタスが569円で平年比144%、きゅうりが519円で117%（いずれも単位 円/kg）と、2倍、3倍の高値がつき、農林水産省では規格外野菜の販売を奨励しています。

野菜の買い控えが聞かれる中、いまだ健康志向の傾向は強くあり、タッパーウェアでは野菜が高騰しているからこそ、野菜を上手に保存する方法を提案しています。野菜のおいしさを長持ちさせ、無駄なく上手に使い切る節約のノウハウがあれば、家計の助けにもなり、家族の健康を守ることができます。

● 上手な保存の極意とメリットは……

- ・ 野菜の種類別、目的別に大きく仕分けて保存 → 容器ごとに一目瞭然にする。
 - * 大きく仕分けして保存
 - * 密封容器でたっぷり収納、積みかさねも可能。
- ・ 洗う、切る。下ごしらえして保存 → 使いたいときすぐ使える。
 - * 専用容器を決めて保存する。
 - * 細長い野菜には長方形容器を使う。
 - * アク抜きや目的別に多目的に容器を使う。
- ・ 残り野菜やくず野菜も徹底保存 → 野菜を生かきるアイデアを駆使
 - * 少量残った野菜もくず野菜も保存。
 - * おいしくフリージング。

■ 野菜保存のポイント

- ・ 適度な水分を保ち、余分な水分を排除
生きている野菜を上手に保存するコツは、適度な水分を保つこと。とくに葉もの類は水分がかなめ。タッパーウェアの、すのこ付き密封容器はシール（フタ）で密封して野菜の水分を守り、すのこが余分な水滴から野菜を守ります。
- ・ 冷蔵庫、野菜室、常温（冷暗所）を使いわける
野菜をすべて冷蔵庫にいれて安心している人がいます。野菜によっては低温障害をおこしやすいものがあります。たとえば、いも類や泥つき野菜、玉ねぎ、白菜など丸ごとの場合は、冬は常温（約10-15度）で。なすやトマトは冷蔵庫の中でも野菜室（約6度）へ。使いかけの野菜やカット野菜は冷蔵庫（約4度）が適当です。

** タッパーウェアでは、全国にいる野菜保存のノウハウをもつ主婦、保存やフリージングの達人主婦（タッパーウェア販売員）をご紹介しますなどのご協力があります。詳しくは広報までお問い合わせください。

食材を下ごしらえしてタッパーに保存。
鮮度は長持ちするうえ、容器を積み重ねることができるので、
野菜が折れ曲がったり、傷ついたりすることもあります。
タッパーウェアでは、毎日の暮らしに役立つ保存のテクニックを紹介しています。



野菜の種類別、目的別に大きく仕分けて保存 → 容器ごとに一目瞭然にする。

* MMワイド#2(すのこ付)

数種類のまとめ保存に



乾燥を防ぐ密封力



ごろっとした野菜や使いかけの野菜などを数種類まとめて保存するのに便利。乾燥を防ぎ、みずみずしく保ちます。すのこは余分な水分を切ります。

* ベジタブルボックスワイド#3(すのこ/トレイ付)

引き出し式の野菜室に便利



プチ野菜専用トレイ付き



立てて保存できる



-カバー付きで開け閉め簡単。

-プチトマトや絹さやなどプチ野菜は上部のトレイに。迷子にならず整理できるうえ、カバーが透明なので、なかがよく見えます。

-育っていたときと同じ向きに立てて保存すると長持ちするともいわれています。

-すのこ付なので余分な水切りもOK。

洗う、切る、下ごしらえして保存

→ 使いたいときすぐ使える。

* レタスキーパー&コアラー

レタス専用容器を活用！レタスが最後の1枚までパリッと保存可能



付属のコアラーで芯を削りぬき、芯の穴から水を流して丸ごとレタスを洗います。



付属のマジックコースターにさすと保存中に水切りができます。



芯がないので、一枚ずつはがして使えて便利です。



シール(フタ)が丸く盛り上がっているので、レタスを丸ごと保存可能。

* ほそ型ケース

セロリ、ネギ、みつば、にら、にんにくの芽など細長い野菜は、ほそ型ケースにいれば、冷蔵庫の中でむきだしに置いて乾燥させたり、折れたりすることがなくなります。

ビルトインすのこ付 本体の底がブロック型になっていてすのこを兼ねています。



* ボール

タッパーウェアが誇る、密封力で、下ごしらえから、保存まで活躍するボール



● 比べてみましょう。野菜保存。

タッパーウェアがほこる密封力が野菜の保存で威力を発揮します。なお、野菜を早く痛める原因になるので野菜から出る水分を防ぐのがコツです。



ハンディボール(小)

- ① もやしをハンディボール(小)に入れます。
- ② 水をいっぱいにいれます。
- ③ (濡れてもよいカウンターの上などで)シール(フタ)をします。
水があふれて、空気を抜いた状態で保存ができます。



水を張ってハンディボール(小)で保存。



購入した袋を開封したままで保存。

水を張って、
タッパーウェアのボール
で保存。

購入した袋
を開封した
ままで保存。

比較してみました！

残り野菜やくず野菜も徹底保存

→ 野菜を生ききるアイデアを駆使

野菜が余ったら、すぐに冷凍保存。賢い冷凍テクニックで、スープやけんちん汁にサッと変身。足の早いきのこ類も冷凍しておくで安心です。

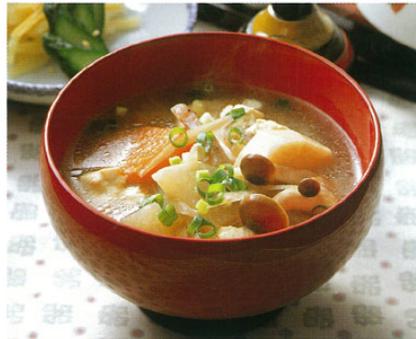
ごちゃ混ぜ野菜 和風

ごぼうやれんこん、にんじんなどの根菜が余ったら、ひと口サイズにして冷凍保存。ほんの少し余った大豆の水煮や油揚げなどもいっしょに冷凍しておくのもおすすめです。



けんちん汁

フリージングしてあった野菜は解凍し、豆腐などの他の具材と合わせて炒め、水気をとばします。だし汁または水を入れて具材が柔らかくなるまで煮、しょうゆ、塩、しょうが汁で調味してでき上がり。



ごちゃ混ぜ野菜 洋風

かぼちゃや玉ねぎ、セロリやピーマンなど、余ったらまずは冷凍。スープの素で煮込めば、シチューやカレーのベースにもなります。



ポタージュスープ

スープの素で煮込み、パーミックス・ミンサーでつぶして牛乳を加えて塩、こしょうで味をととのえて。冷やしてもおいしくいただけます。



ごちゃ混ぜきのこ

えのきやしめじ、生しいたけ。足の早いきのこ類は使いきれなかったら、新鮮なうちに冷凍保存。炒め物や汁物などにおすすめです。



きのこのスパゲティ

オリーブ油でにんにくと赤唐辛子を炒め、香りが出たらアンチョビーを加えてざっと炒めます。冷凍してあったきのこを入れて混ぜ、ゆで上がったスパゲティを加えてでき上がり。



- ★ フリージング専用容器を駆使して、徹底保存可能
- ★ 積み重ねることが可能なので、スペース効率が良い収納が実現



★ 本リリースに関するお問い合わせ先
日本タッパウェア株式会社 広報 石井
〒106-8616 東京都港区西麻布2-24-1麻布ウエストビル
TEL:03-5485-3618 FAX:03-5485-6335
<http://www.tupperware.co.jp/>

★ 一般の方からのお問い合わせ先
日本タッパウェア株式会社
お客さまお問い合わせダイヤル
0120-252532 (フリーダイヤル)