

ちょっとお節介な  
お弁当屋さん

# 宅配 COOK 123 新聞



2026年  
5月号

今月の  
ご馳走の日

5月28日(木)昼食

おらほの味

北東北弁当

宅配クック123はゴールデンウィーク期間中も営業しています。いつも利用しているお弁当屋さんがお休みになってしまう、家族が出かけるので食事を作る人がいないなど、食事にお困りの方がいらっしゃいましたら、是非宅配クック123をご利用ください。契約等は不要で、1日だけ・1回だけのご利用も喜んで承ります。前日の17時までに担当店舗へご連絡をいただければ注文が可能です。担当店舗がわからない場合は、お客様相談室フリーダイヤル(0120-288-120 平日10時~17時)までお問い合わせ下さい。

今回は「みちのく弁当」シリーズ第3弾として、青森県・岩手県・秋田県の郷土料理を集めました。青森県十和田市の「牛バラ焼き」、津軽地方の「いがめんち」、南部地方の「阿房宮なます」、秋田県の伝統調味料「しょつつる」を使った野菜の煮物、岩手県三陸産の「切り昆布の生姜煮」5品の味をお楽しみいただけます。「おらほ」は秋田をはじめとする東北地域で「私たち」を意味する方言で、「私たちの味」を指して名付けました。



立春から数えて88日目を「八十八夜」といい、春と夏の季節の変わり目で気候が温かく穏やかなため、稲の種まき準備や茶摘みのシーズンとされています。

お茶の葉は1年に2〜4回ほど摘まれますが、この時期に摘んだお茶を「新茶」や「一番茶」といい、テアニンが多く含まれており、甘みや旨みがあるのが特徴です。また、新茶は一年を災いなく過ごせる不老長寿の縁起物とされています。新茶を飲んだ後も茶殻は捨てず、ふりかけや佃煮にして楽しんでもいいでしょうか。



## 夏も近づくと八十八夜



5月5日は「端午の節句」です。男の子の成長を祝い健康を祈る節句として、五月人形や鯉のぼりを飾り、柏餅を食べるのが典型的な祝い方とされています。柏は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、「家系が絶えない」子孫繁栄の縁起物として広まったと言われています。

宅配クック123は、今年も端午の節句に「柏餅」をプレゼントいたします(※一部店舗を除く)。柏餅をお召し上がりいただき、昔ご自宅に飾った五月人形や鯉のぼりを思い出していただければと思います。

## 5月5日は端午の節句

