

おいしく健康に！ ぽりぽり小魚



コープの隠れた人気商品「**co-op** ぽりぽり小魚」。国内で獲れたカタクチイワシを原料に、食べやすい小袋入りで、手軽においしく栄養を補給できる一品です。ぽりぽり小魚の魅力について、製造している株式会社オカベさんに聞きました！

カルシウムは人間の体に最も多く含まれているミネラルで、体内にあるほとんどのカルシウムは、骨や歯に存在しています。
1日の推奨摂取量は、成人男性700～800mg、成人女性650 mgとされています。
(日本人の食事摂取基準2020年版) (厚生労働省ホームページ『e-ヘルスネット』より)

ぽりぽり小魚の特長！

- 1 国産カタクチイワシを100%使用
- 2 1袋4.5gでカルシウム54mgをとることができます。
- 3 食べきりサイズの小袋

／ ひとことメモ ／ 日本で流通している「いわし」は3種類！

うめいわし

カタクチイワシ

まいわし

ぽりぽり小魚のいわしはこれ！

原料のカタクチイワシの特徴

- 下あごが小さく、上あごが突き出ている。
- 10cm程度と小型

瀬戸内海はカツオやマグロなど大きな魚が入ってこないため小魚天国！

ぽりぽり小魚の製造工場がある愛媛県と、広島県、香川県は、連携して休漁期間や定期休漁日を設け、カタクチイワシを獲りすぎないように取り組んでいます。

こだわりPoint！

- 食品添加物不使用
- ぽりぽり食感 調味の時間、調味料の濃さを調整し、何度も試作・改良を繰り返しました。
- 子どもでも食べやすい、苦味の抑えられた商品 ただ砂糖で甘くするだけでなく、しょうゆや発酵調味料と呼ばれるみりんのような調味料を組み合わせることで、おいしく食べられるように味付けしています。

開発小話

最初は「ごまいりこ」という名前になるところ、もっと楽しくて特徴が伝わる名前を！と考えた結果、「ぽりぽり小魚」に！

ぽりぽり小魚 15袋
本体価格 278円
税込価格 300円
次回予定 2月3週

ぽりぽり小魚 50袋
本体価格 1,080円
税込価格 1,166円
次回予定 2月3週

組合員お気に入りの声

- 箱入りを利用しています。カルシウムの補給、他のお菓子と食べられて甘味が少なく栄養もあります。
(70代/岐阜市 プラスさん)
- ぽりぽり食感が止まりません。手軽に小魚を摂取できて助かります。
(40代/美濃加茂市 ぴよんさん)
- 今まで色んな食べる小魚を試しましたが、生臭い物や食感が良くない物などなど…。生協の「ぽりぽり小魚」は本当においしいです！
(60代/可児市 みいさん)
- おいしいです。魚をあまり好まない子どもがぽりぽり食べるので、気軽にカルシウムがとれてうれしいです。
(50代/各務原市 かおりんさん)

豆知識

小

ちりめん(しらす) ~3cm

かえり 4~5cm程度

小羽(こぼ) 6~7cm程度

中羽(ちゅうぼ) 8~9cm程度

大羽(おおぼ) 10cm~

大

使い方

← そのまま、または味付けするなど丸ごと食べます。 →

← 主に汁に使われます。 →

ぽりぽり小魚は「かえり」サイズの煮干しを使用

かえりはそのまま食べるのにちょうど良いサイズで、内臓の苦味も比較的弱いです。

ぽりぽり小魚ができるまで

いわし漁

西日本近海で獲れたカタクチイワシを使用。

機械異物選別

機械でサイズを選別したり、除塵機や帯電式異物除去装置などを使い異物を除去していく。

目視異物除去

第1の工場から送られてきた小魚を、再度人の目でダブルチェック。

第1の工場へ

塩水で煮る

水揚げからおおよそ30分以内にせいろに広げ、滅菌した海水で煮る。

第2の工場へ

調味

熟練の職人が、魚がくずれない絶妙な力加減で混ぜる。

金属探知機・重量確認

防湿気密の高いフィルムで包装。再度、金属探知機と重量確認を行う。

／ ぽりぽり小魚について株式会社オカベさんに聞いてみました ／

Q そのまま食べています。お料理やお菓子へのアレンジ方法があれば教えてください。
(岐阜市 冬ななさん)

A 【小魚チーズチップス】
ぽりぽり小魚2袋、ピザ用チーズ40g
ぽりぽり小魚の上にピザ用チーズを乗せ、500Wの電子レンジで1分30秒～2分ほど加熱してできあがり。

【大豆と小魚の甘辛炒め】
ぽりぽり小魚2袋とCO・OP大豆ドライパック60g、砂糖大さじ1、しょうゆ小さじ2
砂糖としょうゆをフライパンに入れ中火で加熱。全体がふつふつと泡立ってきたら大豆ドライパックを加えかき混ぜながら炒める。汁気がなくなったらぽりぽり小魚を加え、混ぜたら完成。

Q 両親が義歯でぽりぽりとはいきません。柔らかい小魚を使った商品はありますか？
(瑞浪市 くるんさん)

A 「しっとりやわらか小魚」という名前で、煮干しをリンゴ酢で味付けした商品があります。コープのお店で取り扱いがあります。※一部店舗で取り扱いがない場合があります。

Q 子どもは何歳から食べられますか？
(可児市 Benチャロさん)

A 特に年齢制限は設けておりませんが、商品の特性上、小魚が硬く仕上がっております。お子さんに与える時は上手に固いものを食べられるようになってから、大人が様子を見ながら与えてください。