



忙しい毎日の強い味方! 彩り豊かなおかずがパッと完成!

コープファミリーに毎週掲載されている「時短デリ」。「気になるけど実際の量は?」「味付けは合うかしら?」と、まだ使ったことがない方も多いのでは?若い世代だけでなく、シニア世代にも人気の時短デリを機関紙企画検討委員会のメンバーがレポートします。

What's 時短デリ?

時短デリはカット済みの野菜や肉・魚、調味だれのセットで、レシピも付いています。冷蔵・冷凍のものがあり、開封して加熱するだけで短時間で完成します。

大阪王将
牛チンジャオロースセット



Q.使ったことは?

2~3人前の商品が多くて、わが家は2セット買わなくちゃと考えるとなかなか手が出ませんでした。

前田さん

大阪王将 牛チンジャオロースセット (410g)

2人分 冷蔵 目安時間:7分

大人2人、子ども2人(高校生、中学生)で2セット使用

実際に かかった時間 9分

4人前で作ったため肉の量が多くなり、肉に火が通るまでの時間が2分オーバーしました。

味 ★★☆☆

普段のわが家の味付けから比べると濃い目。具材を追加してもソースは足りそう。

量 ★★☆☆

ピーマンは3色も入っていて彩りが良かったので、具材の追加はしませんでした。夫、高校生の息子、中学生の娘がたくさん食べるので、2セット使って4人分として使いましたが十分な量でした。

牛肉揚げ豆腐



Q.使ったことは?

私が留守のときのために購入したことがあります。主人がおいしいと言っていました。

田中さん

牛肉揚げ豆腐 (具材445g、たれ75g)

3人分 冷蔵 目安時間:8分(解凍後)

大人3人で1セット使用

実際に かかった時間 9分

時短感はあるかにあります。材料がなくても1品できるのが良い。

味 ★★☆☆

少し甘いので醤油を少し足した方が良さそうでした。

量 ★☆☆☆

量を少し増やすため糸こんにゃくを足しました。野菜の量が少なめかな。しいたけなども薄過ぎて量も少ないので全体的にボリューム感がない感じがしました。3人分としては少なすぎるのでメインにはならないかな。

その日の 献立

- ・たけのこご飯
- ・サラダ(レタス、水菜、玉ねぎスライス、ゆでたまご、れんこんスライスとミニトマトを煮揚げしたもの)和風玉ねぎドレッシングで
- ・わかめと豆腐の味噌汁

使った感想

卵で閉じてもいいかな。丼ものにしてもいいかもと家族の声。2人くらいのお昼用にストックしておいても良いと思います。

時短デリ
みなさんもぜひ
お試しあれ!

ラタトゥイユ風
トマトソース煮セット



Q.使ったことは?

価格に対して量が少なく感じてあまり使う機会がありませんでした。

武隈さん

ラタトゥイユ風
トマトソース煮セット (具材275g、洋風調味料70g)

2人分 冷蔵 目安時間:15分

大人2人、子ども2人(小学生)で2セット使用

実際に かかった時間 15分

野菜も肉も切れていてそのまま調理するだけ。調味料を測る手間もなくなり時短!



味 ★★☆☆

しっかりとした味付けだったので野菜や鶏肉を足してもいいかも。鶏肉が少なく感じたので足せば良かったかな。

量 ★☆☆☆

1パック2人分でしたが、おかずがこれ1品では足りない...

その日の 献立

- ・玉ねぎとソーセージのスープ
- ・ブロッコリーとタコのバター炒め
- ・白身魚のフライ・たまごサラダ

使った感想

日頃、レシピを考えることを面倒に感じているので、レシピを考える必要がないのも楽。料理のレパートリーに悩んでいる方は自分で作ったことのない料理を作るきっかけになっていいかも。毎日のお弁当にお困りの方、朝パッと作って詰めるだけのお弁当が完成できそうです。

かぼちゃの中華風
きぼろあんかけ



Q.使ったことは?

何度か利用したことがありました。挑戦したことのない料理を注文してレパートリーを増やしています。

浦能さん

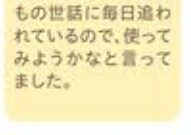
かぼちゃの
中華風きぼろあんかけ (具材370g、たれ40g)

2~3人分 冷蔵 目安時間:15分

大人2人、子ども1人(4歳)で1セット使用

実際に かかった時間 8分

時短できたおかげで娘や孫たちと、楽しく過ごす時間が取れて満足です。娘も、子どもの世話に毎日追われているので、使ってみようかなと思ってました。



味の満足度 ★★★★★

しつこくなくあっさりした味で、おいしかったです。かぼちゃがニュージーランド産で少しがっかり。味はコボコボしていて、まあまあおいしかったです。

量の満足度 ★☆☆☆

何も他の食材は足しませんでしたがちょうど良かったです。

その日の 献立

- ・大人...もずくの味噌汁(フリーズドライ)
- ・子ども...ミッキーロゼリーのスムージー

使った感想

遊びに来た娘と孫の3人で、簡単に済ませるお昼ごはんにも利用。麻婆豆腐の素がこんな風に使えらなると今まで考えたことがなかったのが新発見です。パッと済ませたいときなど、簡単でおいしくておすすめです。

時短デリ売れ筋ランキング 人気ベスト5!



第1位
具たっぷりシーフード
八宝菜(白湯スープ味)
冷蔵 (次回6月3回)
430円(税込)



第2位
ベーコンとアスパラ・ポテの
バター風味醤油炒め
冷蔵 (次回6月4回)
430円(税込)



第3位
いかとアスパラ・
えりんぎの中華
冷蔵 (次回6月5回)
430円(税込)



第4位
かれいと彩り野菜の
甘酢あんかけ
冷蔵 (次回6月4回)
430円(税込)



第5位
カレー風味の厚揚げ
五目炒め
冷蔵 (次回6月4回)
862円(税込)

※2021年1月~4月の利用点数実績に基づく