

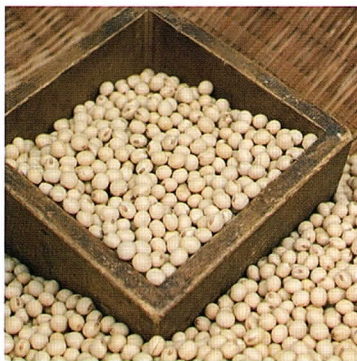


悠久の時を超えた  
本物の味



## 創業明治5年の名門南蔵と フォーユーがコラボした 唯一無二の自信作

140年以上受け継がれる天然醸造で作られる豆味噌。  
マザーソルトを使う事でまろやかな味わいを実現しました。



### 仕込みは年に一回

豆が四季を経る事で、独特の旨味  
や風味、コクが生まれます。



### 昔ながらの設備と 製法を今に伝える

140年以上前から続く愛知県知  
多郡武豊町の老舗醸造頑です。



### 3年かけてじっくり発酵

時間をかけて熟成された味噌の味  
わいは格別。

# 調味料

マザーソルトを中心に、様々なミネラルや栄養素をふんだんに用いて造られた、こだわりの調味料です。



## フォーユーのたまりしょうゆ

和食の基本となる調味料だからこそ  
素材と製造にこだわりました。

明治の始めから味噌とたまりを作り続けてきた南蔵・青木弥右衛門の蔵で国産大豆を使い2年半丁寧に熟成された香りのいい醤油です。

商品No.190

900ml(瓶入) 1,566円

商品No.196

500ml(瓶入) 918円



## フォーユーのみそ

伝説の味噌蔵、南蔵の匠と  
フォーユーの技術の融合。

明治初頭から受け継がれた匠の技を持つ南蔵で、国産大豆とフォーユーのマザーソルトを使い木桶の中で2年半寝かせて仕上げました。

商品No.181

1kg 1,620円

商品No.182

500g 864円

## フォーユーの あわせみそ

米みそのあっさりとした甘さと  
豆みそのコクが引き立つ  
無添加合わせみそ。

愛知県産の米を使用し、マザーソルト・サンタさんの塩で熟成させた米みそと、愛知県産の大豆を使用した豆みそをバランス良く調合した無添加の合わせみそです。



商品No.183

500g 864円

## フォーユーのだし

かつおぶしの持つ本来の  
うまみをそのまま活かし  
質の良い原料を状態良く  
丁寧に削り使用。

鹿児島近海のかつお、北海道産の天然昆布、水溶性タンパク質を含み、鉄・ナトリウム・ビタミンB1・B2の含有量が多い健康キノコ、たもぎ茸をマザーソルトを使ってブレンドしています。

■600ccのお湯に約9g(小さじ3~4杯分がめやす)入れて煮出してください。1回分をバックに入れて使用すると便利です。



商品No.185

180g 1,598円

## フォーユーの甘みそ

何につけても感じられる  
フォーユーのこだわり。

マザーソルトを使用した三年味噌とマザーシロップの美味しい味のハーモニーをお楽しみください。味噌カツ、田楽、和え物、冷ややっこ等…お好みでどうぞ。

創業文久元年醸造元とコラボ



商品No.180

500g 1,080円

## マザーシロップ

昔ながらの黒砂糖を  
使いやすくシロップに。

太陽と植物から生まれた、新陳代謝のエネルギーそのものです。砂糖きびに天然ミネラルを加えた良質のブドウ糖が私達の活力源に。糖尿病の方の食生活の改善、血糖値の気になる方にも安心してお使いいただけます。



商品No.020

750g 1,458円

商品No.005

260g(瓶入) 756円

商品No.003

150g 370円



商品No.192

500ml(瓶入)  
864円

## フォーユーのす

そのままでもおいしく  
召し上がれます。

きららの水とマザーソルトを使い、昔から伝わる最も自然な醸造法「静置発酵法」でじっくり時間をかけた米酢です。まろやかでこくのある仕上がりです。調味料としてだけでなく、健康維持にキャップ1~2杯にマザーシロップを加えてお飲みいただいても美味しいです。

## マザーシュガー

さとうきびが  
ひと味ちがう。

各種ビタミン・鉄分・カルシウムなどを多く含む優良アルカリ性食品です。普通の砂糖のようにお使いください。健康面に留意した美味しい砂糖です。



商品No.002

500g 540円

## マザーオイル

POA(パルミトオレイン酸)が豊富!

マカデミアナッツから搾油した高級オイルで添加物は一切含まれていません。POAは脳内血管に入り込むことのできる数少ない血管の栄養素として注目されています。また高い酸化安定性でヒト皮脂に類似した組成からスキンケア製品としても利用され、年齢と共に減少するPOAを上手に取り込むことで脳も身体も若々しさを取り戻します。



商品No.061

270g(瓶入) 2,160円

商品No.064

630g(瓶入) 3,888円

## マザーペッパー

香り豊かな  
上質黒コショウ。

良質の黒コショウに深層海水塩マザーソルトを配合しました。豊かな味と香りが、お料理の味をいっそう引き立てます。



商品No.016

80g 540円

商品No.017

容器(別売) 88円

## 黒ごま

抗酸化成分ゴマリグナンで  
活性酸素を除去。

味・香りとも最上級の黒胡麻です。薬効も高いと言われる黒胡麻。黒ごまに含まれる抗酸化成分ゴマリグナンは活性酸素減少にも効果が期待できると言われています。またセサミンは肝機能が気になる方に欠かせない成分。お料理の際にお好みでお加えください。



商品No.019

120g 432円

## マザーカレー

発酵玄米の香ばしさと  
出汁の旨み

無農薬のスパイスとフォーユーの出汁、マザーペッパーに米麴の隠し味。美味しく健康バランスにこだわるオリジナルカレーです。



商品No.148

125g 1,382円

# オイル

## ズッキーニのガーリック漬け

| 材料           |          |
|--------------|----------|
| ズッキーニ        | 2本(300g) |
| ・マカダミアナッツオイル | 大さじ1     |
| A・胡椒         | 少々       |
| ・ニンニクエキス     | 少々       |
| ・塩           | 小さじ1     |

| 作り方 |                                      |
|-----|--------------------------------------|
| 1   | ズッキーニはピーラーで縦に縞模様に皮をむき、5mm厚で輪切り。      |
| 2   | 1をボウルに入れて塩をふり、しばらくおく。水気が出たら軽く切る。     |
| 3   | Aを合せて2に加え、ラップをかけて500g重石をのせ、1時間以上漬ける。 |

## ピーマンとパプリカのオイル漬け

| 材料           |      |
|--------------|------|
| パプリカ(赤・黄)    | 各2個  |
| ピーマン         | 4個   |
| ・マカダミアナッツオイル | 大さじ3 |
| A・酢          | 大さじ1 |
| ・塩           | 少々   |
| ・胡椒          | 少々   |
| ※ニンニク(お好みで)  |      |

| 作り方 |   |
|-----|---|
| 1   | パプリカとピーマンは半分に切り、種をとってグリルで皮が黒くなるまで焼く。焼いたら水にとり皮をむく(そのままでOK) |
| 2   | パプリカとピーマンは縦1cmに細切りし、ボウルに入れる。                              |
| 3   | Aを合せてよく混ぜ、2のパプリカとピーマンを加えて30分以上漬ける。                        |

## 家で簡単!プロのレシピ

# 贅沢なつけもの7選

お洒落で  
美味しい



# しょうゆ

## なすとみょうがの浅漬け

| 材料    |          |
|-------|----------|
| なす    | 4本(400g) |
| みょうが  | 3個       |
| A・酢   | 大さじ2     |
| ・だし   | 大さじ2     |
| ・しょうゆ | 小さじ1     |
| ・塩    | 小さじ1     |

| 作り方 |   |
|-----|---|
| 1   | なすとみょうがは縦半分に切り、斜め切りにしてボウルに入れる。塩をふって全体的に軽く混ぜる。 |
| 2   | 1にAを加える。                                      |
| 3   | 全体を軽く混ぜ揉み、重石(小皿2枚分)して30分以上漬ける                 |

## きゅうりのおかか漬け

| 材料   |      |
|------|------|
| きゅうり | 4本   |
| かつお節 | 10g  |
| しょうゆ | 小さじ2 |
| 塩    | 小さじ1 |

| 作り方 |  |
|-----|--|
| 1   | きゅうりはピーラーで皮を縞目にむき、乱切りにしてボウルに入れ塩をふってしばらくおく。           |
| 2   | 水気が出たら絞り、かつお節としょうゆで和える。                              |
| 3   | 2にラップをかけ重石(小皿2枚分)して30分以上漬ける。<br>※ラップでなくジップロックに入れてもOK |



# 味噌

## 玉ねぎの味噌漬け

| 材料    |           |
|-------|-----------|
| 玉ねぎ   | 小2個(200g) |
| A・味噌  | 200g      |
| ・シュガー | 大さじ2      |

| 作り方 |                      |
|-----|----------------------|
| 1   | 玉ねぎを12等分に串切り。        |
| 2   | Aをボウルに入れて混ぜる。        |
| 3   | 1の玉ねぎを2に合わせ、半日以上漬ける。 |

※同じ手順でにんじん、きゅうり等色々な野菜で楽しめます。



## 大根のしょうゆ漬け

| 材料            |           |
|---------------|-----------|
| 大根            | 1/3(300g) |
| しょうゆ          | 1カップ      |
| 塩             | 小さじ1      |
| ニンニクエキス(お好みで) | 1~2スプイド   |

| 作り方 |  |
|-----|--|
| 1   | 大根は皮をむいて1/4に切り3mm厚にいちよう切り。                   |
| 2   | ボウルに入れて塩をふり、しばらくおく。水気が出てきたら手で絞り、ニンニクエキスを入れる。 |
| 3   | しょうゆを加える。                                    |
| 4   | ラップをかぶせて、重石(小皿2枚分)し、冷蔵庫で2時間以上漬ける。            |

※大根にニンニクの香りとしょうゆの色がついたら食べ頃。  
※同じ手順でにんじんを漬けても美味しいです。

## 玉ねぎのしょうゆ漬け

| 材料     |          |
|--------|----------|
| 玉ねぎ    | 2個(350g) |
| A・しょうゆ | 1カップ     |
| ・赤唐辛子  | 1本       |
| ・シロップ  | お好み      |

| 作り方 |  |
|-----|--|
| 1   | 玉ねぎは縦半分に切り、1mm厚の薄切りにして水にさらす。(新玉ねぎの場合はさらし不要)              |
| 2   | 水気を切った1をボウルに移しAを加えて混ぜる。ラップをかけ、重石(小皿2枚分)をのせて冷蔵庫で30分以上漬ける。 |

# お菓子

## Snack

マザーソルト、マザーシロップなど人気の調味料で味付けしたお菓子です。お子様の毎日のおやつに。



商品No.049  
200g 1,080円

### 深入りナッツ

ナッツの王様マカデミアを  
おいしく深煎りにしました。  
深煎りでこんがりと、香ばしい味のナッツ  
です。



### マカデミアナッツ ボール

おいしいお菓子で脳も元気に。

マカデミアナッツをマザーソルト・マザーシロップを使ってコーティングし、おいしいおやつに仕上げました。美容と健康に効果があることで注目される“パルミトオレイン酸”が豊富に含まれています。

商品No.066  
75g 443円

### 黒糖ナッツ

良質のマカデミアナッツを  
黒糖でくるんだお菓子。

ローストしたマカデミアナッツを喜界島の黒砂糖でまぶしてコーティングしました。



商品No.058  
115g 810円

### マカデミアナッツ

理想的な脂肪組成と快い口あたり。

マカデミアナッツは、1857年にオーストラリア東海岸の亜熱帯林で発見され、食用としての価値に初めて注目したJOHNMACADAM博士の名前に由来します。マカデミアナッツは、その淡白な甘みと口あたりで「KING OF NUTS」と呼ばれ、高級デザートナッツとして世界中で愛用されています。

■ティータイムのお供に、おつまみやお菓子の材料としていかがでしょう。



商品No.050  
90g 756円

※表示価格は全て税込です。

## マカデミアナッツクリーム(プレーン味)

マカデミアナッツの風味豊かなコクと味わい。

マカデミアナッツのペーストにマザーシュガー・マザーソルトを加えておいしく仕上げました。  
トーストにつけて、そのままケーキやクッキー、和え物等お料理にもどうぞ。



商品No.059

265g(瓶入) 1,836円



商品No.007

120g 389円

## フォーユーの塩あめ

こだわりの材料で  
仕上げたまろやかな風味。

マザーソルト、マザーシロップで仕上げたこだわりの塩あめです。程よい甘味、まろやかな塩味が絶妙なバランスで疲れた体も心も美味しくいやします。



商品No.078

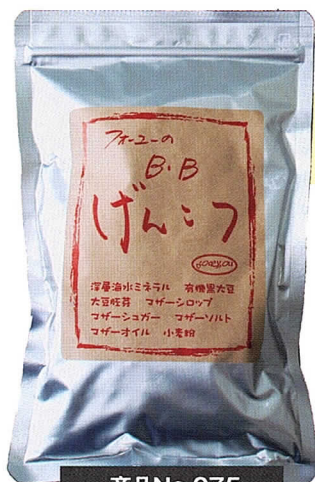
150g 486円

## フォーユーの炒りくろまめ

「国産黒豆を丁寧に炒りマザーソルトで味付。

丹波種黒豆を炒り、マザーソルトで味付けしました。

■ご飯を炊く時にお好みの量を入れると簡単にくろまめご飯が出来ます。



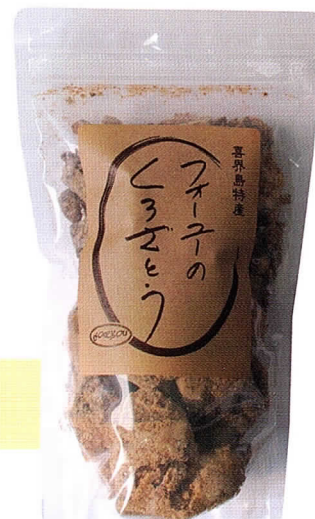
商品No.075

200g 648円

## フォーユーのB・Bげんこつ

きなこの栄養をマザーシロップで  
固めた懐かしい味のお菓子です。

黒大豆をからごと、胚芽もそのまま粉にしてマザーシロップ・マザーオイルで練り上げ昔なつかしいげんこつあめに仕上げました。



商品No.006

450g 756円

## フォーユーのくろさとう

甘さ控えめな黒砂糖のお菓子。

喜界島で作った純粋でまろやかなくろさとう。ミネラル、ビタミン豊富。お茶うけや料理にお使いください。



商品No.079

8個入 500円

## 発酵玄米美人

素朴なおいしさ、からだにやさしい栄養満点お菓子。

乳酸菌発酵させた玄米、マカデミアナッツオイル100%、喜界島で栽培したさとうきびから作ったマザーシュガー100%使用。

■そのままでもおいしくお召し上がりいただけますが、オーブントースター(600W)で30秒~60秒ほど温めていただきますと、しっとりとした焼きたての風味が味わえます。豆乳やコーヒー、紅茶などに浸してお召し上がりいただいたり、お好みでいろいろな食感をお楽しみいただけます。

季節限定  
商品  
10月~2月

# お菓子

## Snack

マザーソルト、マザーシロップなど人気の調味料で味付けしたお菓子です。お子様の毎日のおやつに。



商品No.049  
200g 1,080円

### 深入りナッツ

ナッツの王様マカデミアを  
おいしく深煎りにしました。  
深煎りでこんがりと、香ばしい味のナッツ  
です。



### マカデミアナッツ ボール

おいしいお菓子で脳も元気に。

マカデミアナッツをマザーソルト・マザーシロップを使ってコーティングし、おいしいおやつに仕上げました。美容と健康に効果があることで注目される“パルミトオレイン酸”が豊富に含まれています。

商品No.066  
75g 443円

### 黒糖ナッツ

良質のマカデミアナッツを  
黒糖でくるんだお菓子。

ローストしたマカデミアナッツを喜界島の黒砂糖でまぶしてコーティングしました。



商品No.058  
115g 810円

### マカデミアナッツ

理想的な脂肪組成と快い口あたり。

マカデミアナッツは、1857年にオーストラリア東海岸の亜熱帯林で発見され、食用としての価値に初めて注目したJOHNMACADAM博士の名前に由来します。マカデミアナッツは、その淡白な甘みと口あたりで「KING OF NUTS」と呼ばれ、高級デザートナッツとして世界中で愛用されています。

■ティータイムのお供に、おつまみやお菓子の材料としていかがでしょう。



商品No.050  
90g 756円

※表示価格は全て税込です。

## マカデミアナッツクリーム(プレーン味)

マカデミアナッツの風味豊かなコクと味わい。

マカデミアナッツのペーストにマザーシュガー・マザーソルトを加えておいしく仕上げました。  
トーストにつけて、そのままケーキやクッキー、和え物等お料理にもどうぞ。



商品No.059

265g(瓶入) 1,836円



商品No.007

120g 389円

## フォーユーの塩あめ

こだわりの材料で  
仕上げたまろやかな風味。

マザーソルト、マザーシロップで仕上げたこだわりの塩あめです。程よい甘味、まろやかな塩味が絶妙なバランスで疲れた体も心も美味しくいやします。



商品No.078

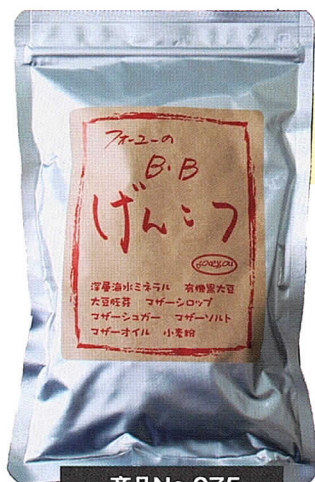
150g 486円

## フォーユーの炒りくろまめ

「国産黒豆を丁寧に炒りマザーソルトで味付。

丹波種黒豆を炒り、マザーソルトで味付けしました。

■ご飯を炊く時にお好みの量を入れると簡単にくろまめご飯が出来ます。



商品No.075

200g 648円

## フォーユーのB・Bげんこつ

きなこの栄養をマザーシロップで  
固めた懐かしい味のお菓子です。

黒大豆をからごと、胚芽もそのまま粉にしてマザーシロップ・マザーオイルで練り上げ昔なつかしいげんこつあめに仕上げました。



商品No.006

450g 756円

## フォーユーのくろさとう

甘さ控えめな黒砂糖のお菓子。

喜界島で作った純粋でまろやかなくろさとう。ミネラル、ビタミン豊富。お茶うけや料理にお使いください。



商品No.079

8個入 500円

## 発酵玄米美人

素朴なおいしさ、からだにやさしい栄養満点お菓子。

乳酸菌発酵させた玄米、マカデミアナッツオイル100%、喜界島で栽培したさとうきびから作ったマザーシュガー100%使用。

■そのままでもおいしくお召し上がりいただけますが、オーブントースター(600W)で30秒~60秒ほど温めていただきますと、しっとりとした焼きたての風味が味わえます。豆乳やコーヒー、紅茶などに浸してお召し上がりいただいたり、お好みでいろいろな食感をお楽しみいただけます。

季節限定  
商品  
10月~2月