



No. 11

2026 年 8 月 20 日

開封後 0 秒調理で食卓へ！

『そのままパクっとベジタブル』シリーズ第二弾
「蒸しカリフラワーミックス」と「焼きさつまいも」の 2 品を新発売
～料理研究家の島本美由紀さんによる火を使わない副菜レシピをご紹介～

株式会社サラダクラブ

株式会社サラダクラブ（代表取締役社長：新谷昭人、本社：東京都調布市）は、加熱済みのパッケージサラダ『そのままパクっとベジタブル』シリーズの第二弾として、「そのままパクっとベジタブル 国産蒸しカリフラワーミックス」と「そのままパクっとベジタブル 国産焼きさつまいも」を関東甲信越エリアで 2026 年 8 月 21 日（金）から新発売します。



＜そのままパクっとベジタブル
国産蒸しカリフラワーミックス＞



＜そのままパクっとベジタブル
国産焼きさつまいも＞

『そのままパクっとベジタブル』は、“野菜をもっと身近な食材に”という想いから生まれた商品シリーズです。洗浄・カットに加え、蒸し・焼きの加熱調理まで済ませているため、開封後すぐにそのままお召し上がりいただけます。サラダのトッピングや副菜など、幅広いシーンで使える汎用性の高さが特長です。第一弾の「国産蒸しブロッコリー」は、40代の単身世帯を中心に高評価を得ており、着実に支持を広げています。

「蒸しカリフラワーミックス」は、国産のブロッコリーとカリフラワーを組み合わせ、鮮やかな緑と白のコントラストが映える一品です。絶妙なコリコリ食感が楽しめます。「花蕾に汚れが溜まり洗いづらい」「切り分けるとまな板が散らかる」「茹でるのに手間がかかる」といった、調理時のストレスをまるごと解消します。

「焼きさつまいも」は、国産の「紅はるか」と「シルクスweet」の品種を使用し、しっとりとした甘みと香ばしさのバランスを追求しました。小腹が空いた際にも、罪悪感なく楽しめるおやつとして最適です。皮つきのまま調理することで、皮なしと比較して食物繊維・β-カロテンともに約 1.5 倍含んでいます。

「蒸しカリフラワーミックス」は加工日に加え 4 日間、「焼きさつまいも」は加工日に加え 5 日間の消費期限を実現しました。冷蔵庫にストックしておくことで、忙しい毎日の献立づくりをサポートします。

シリーズ第二弾の発売に合わせ、ラク家事・食品ロス削減アドバイザーとして活躍する料理研究家・島本美由紀さんが特別レシピを考案しました。新商品を使用し、火を使わずにすぐ作れる“ただだけ副菜レシピ”をご提案します。

当社は今後も、下ごしらえに手間がかかる野菜を手軽に楽しめる商品展開を進めてまいります。また、新たな売場カテゴリーの創出にも注力し、商品開発と流通の両面から消費者の野菜摂取量向上に貢献してまいります。

本レシピは、サラダクラブ公式ホームページ (<https://www.saladclub.jp/recipe/>) で公開します。

【商品概要】

商品名	そのままパクっとベジタブル 国産蒸しカリフラワーミックス	そのままパクっとベジタブル 国産焼きさつまいも
内容量	1 パック	1 パック
参考小売価格(税込)	259 円	259 円
消費期限	加工日に加え 4 日間	加工日に加え 5 日間
販売地域	関東甲信越エリア	
販売期間※	2026 年 8 月 21 日 (金) ~	
URL	https://www.saladclub.jp/products/cup1/steamed-cauliflower-mix.html	https://www.saladclub.jp/products/cup1/roasted-sweet-potatoes.html

＜島本美由紀さん考案 火を使わない“ただだけ”副菜レシピ＞

開封してすぐにできる一品を紹介します。

注ぐだけ中華スープ

【調理時間 1 分】

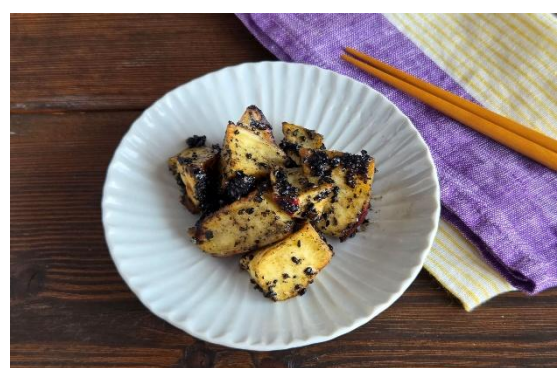
お湯を注ぐだけの超時短スープ！野菜の歯ごたえで満足感もあり、忙しい朝やあと一品欲しい時に大活躍です。



さつまいもの黒ごま和え

【調理時間 1 分】

たった1分で完成！黒ごまの香ばしさとさつまいもの甘みが相性抜群な、食卓にサッと出せるお手軽な一品です。



蒸し野菜のしらす卵黄

【調理時間 2 分】

器に野菜としらす、卵黄を乗せてポン酢をかけるだけ！火を使わずにあっという間に完成するお手軽副菜です。



野菜たっぷり白和え

【調理時間 7 分】 水切り時間を含む

野菜たっぷりの副菜が手軽に完成！衣を倍量にして、数種類の野菜を組み合わせるアレンジもおすすめです。



注ぐだけ味噌汁

【調理時間 1 分】

作り置きの特製「味噌だね」とお湯を注ぐだけ！忙しい朝でも、食べ応えのある美味しいお味噌汁が手軽に楽しめます。



さつまいもとクリームチーズのデザートと和え

【調理時間 3 分】

混ぜるだけとは思えないリッチな味わい！クリームチーズとさつまいもの相性が抜群のおすすめデザートです。



残りがちな調味料で！4 種類の簡単ディップ

【調理時間 4 分】 1 種類なら 1 分

冷蔵庫で余りがちな調味料を混ぜるだけで絶品ディップに！美味しくフードロス削減ができるエコレシピです。



■島本美由紀（しまもとみゆき）

料理研究家・ラク家事アドバイザー・食品ロス削減アドバイザー



旅先での発見を料理や家事に生かし、誰もが手軽に楽しめる暮らしのアイデアを提案。レシピにエコの観点を加え、「食品ロス削減アドバイザー」「冷蔵庫収納&食品保存アドバイザー」「防災士」としても活動。実用的なアイデアが好評で、NHK「あさイチ」、日本テレビ「ZIP!」などに出演するなど、テレビや雑誌を中心に活躍し、著書は 80 冊を超える。活動実績が認められ、令和 3 年には消費者庁主催の食品ロス削減大賞で審査委員長賞を受賞。

■株式会社サラダクラブについて

株式会社サラダクラブは、野菜の鮮度とおいしさにこだわり、洗わずにそのまま食べられる「パッケージサラダ」を製造・販売しています。キューピー株式会社と三菱商事株式会社の共同出資により 1999 年に設立しました。利便性と価格が一定という経済性が評価され需要が拡大しているパッケージサラダ市場で、サラダクラブは国内最大のシェア(金額)*を占め、販売店舗数は 18,200 店（2025 年 12 月現在）となっています。

* マクロミル QPR（サラダメーカー別 2025 年 1 月-2025 年 12 月）

■サステナビリティへの取り組み

当社では、産地からご家庭までのフードロスを低減し、サステナビリティへの取り組みを推進しています。産地との安定的な取引や増量企画を通じた、持続的な生産体制の維持や産地廃棄の削減。工場内で発生した野菜の未利用部を堆肥の材料にし、それをもとに作られた堆肥を使用して野菜の栽培を行う循環型農業の実現。パッケージサラダの鮮度保持延長の実現により、ご家庭・販売店での消費期限切れに伴う廃棄の低減などの取り組みを行っています*。

* 詳細はサステナビリティページ (<https://www.saladclub.jp/company/sustainability/>) をご参照ください。

■サラダファーストについて



野菜の彩りで、食卓はもっと華やかに。
栄養バランスは理想に近づきより健康的な食生活に。
野菜にふれる楽しさに包まれて、心はもっと豊かに。
私たちはこれからも、
サラダの魅力を発信し続け、
世界の食と健康に貢献していきます。

<https://www.kewpie.co.jp/saladfirst/>

<本件に関する問い合わせ先>

株式会社サラダクラブ 広報担当 吉田

TEL. 03-5384-7690（直通） FAX. 03-5384-7805

〒182-0002 東京都調布市仙川町 2-5-7

<https://www.saladclub.jp> E-mail. info@saladclub.jp

<お客様からの問い合わせ先>

お客様相談室 TEL. 0120-662-831