

惣菜弁当の殿堂

味付けは親心、盛り付けは活け花の心得

主婦の店

さいち

惣菜弁当全集

所在地 = 宮城県仙台市太白区  
秋保町湯元字薬師27

**味付けは親心、盛り付けは活け花の心得  
お客様とのふれあいから生まれるレシピのない逸品  
食品SM、中食関係者、必見必携の1冊  
商品ラインアップの全貌を初公開！**

**はじめに .....**

仙台市太白区(旧:秋保町)の周辺人口わずか約4,700人の温泉街に、“秋保のおはぎ”で名をはせる、伝説の食品スーパー「主婦の店 さいち」があります。

店舗面積わずか約80坪の個人店、販売スペース約2間(約3.6m)ながら、おはぎの日販は最高25,000個以上にも達し、多くのメディアで紹介されています。

しかし、おはぎ以上に必見なのが、地元客、業界関係者から絶賛されている“惣菜弁当”的数々です。お客様に尽くす商品開発は中食業界の手本とされ、これまで同店の厨房で研修を受けた食品スーパー(惣菜担当者)は500社以上。厨房を取り仕切る佐藤社長夫妻は、学びに来る者を拒まず、中食市場の発展に温かく貢献してきました。

本企画は「主婦の店 さいち」が育んできた惣菜弁当の全貌を公開する、初めての料理書籍です。中食文化の歴史を刻む1冊として、書籍概要をご案内申し上げます。

厨房のお母さんこと  
佐藤澄子専務

ほんものひとすじ  
本場仙台みそ

仙台味噌醤油株式会社

〒984-0825 仙台市若林区古城1-5-1 TEL.022-286-3151

“I Love MISO” キャンペーン  
未来の子供たちのために

明日を担う子供たちの食を考える。ジョウセンは小学校の食育活動へ売上の一部を寄付しています。

## 目次



「主婦の店 さいち」店舗概要  
P6~7



さいちのお客さん  
私設ガイド 浅見文子さん、他  
P8~9



社長インタビュー  
(株)佐市 佐藤啓二 代表取締役社長  
P10~12



専務インタビュー  
(株)佐市 佐藤澄子 専務取締役  
P13~15



常務インタビュー  
(株)佐市 佐藤浩一郎 常務取締役  
P15



さいちの心得  
「盛り付けは活け花の心得」など12訓  
P16~21



さいちはこんなお店です!  
厨房スタッフの裏話  
P22~23



さいち応援団長  
(株)三味 代表取締役会長兼社長  
(株)ヤオコー 専務取締役  
小平昭雄氏 インタビュー  
P24~25



さいちの愛用食材  
「特撰つゆ」「今宵」「匠シリーズ 鰹本節  
花削り 血合い抜き 松」「ジョウセン 本  
場仙台みそ こし」「から揚げの素No.1」「  
デルモンテトマトケチャップ」「星印の  
すりごま黒」「生おろしわさび350g」「  
寿司海苔(焼)」「青ばたきな粉」「日の  
出納豆」「蔵王青菜」「へタ取り小坊主  
茄子」「バナメイエビ(寿司エビ切り落  
とし)」「バナメイエビ(むきエビ)」「ズ  
ワイガニフレーク」「黄王」「里芋M」「ポ  
テトサラダ」「たまごサラダ」「やまと  
豚」「エビカツ」「超芳醇」「雪印ソフトス  
プレッドマスター入り」「ベストモヤ  
シ」「シャキット梅ちりめん」  
P98~107



さいちの仲間  
(株)サトー商会 玉根裕 代表取締役社長  
(株)藤崎 只野清行 食品部バイヤー  
(株)ダイユー 大林貞征 代表取締役社長  
共同水産(株) 大三川和義 営業部長  
P108~109



## 商品の全貌



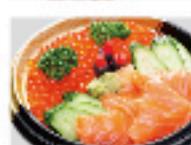
おはぎ  
P26~29



煮物  
P30~31



弁当  
P32~35



イクラ  
P36~39



トビコ  
P40~41



海鮮丼  
P42~43



まぜご飯  
P44~45



豚角煮  
P46~47



スパゲティ  
P48



ハンバーグ  
P49



キンピラ  
P50~51



カルビ  
P52



ナムル  
P53



ヒジキ  
P54



サバ塩焼き  
P55



タケノコ  
P56



鶏もも焼き  
P57



五目いなり  
P58



赤飯  
P59



焼そば  
P60



メンチ・ハムカツ  
P61



カレー  
P62~63



豚カツ  
P64~65



エビ・カキフライ  
P66~67



フライ  
P68~69



唐揚げ  
P70~71



天ぷら  
P72~73



アラカルト  
P74~77



おにぎり  
P78~80



低コスト容器  
P81



卵焼き  
P82~83



煮料理  
P84~85



おひたし  
P86~87



サラダ  
P88~89



漬け物  
P90~91



調理パン  
P92~95



麺類  
P96



その他  
P97

# 「主婦の店 さいち」はこんな店



佐藤啓二社長、澄子専務夫妻

仙台市太白区の山間部、秋保温泉の中心部に立地。JR仙台駅から東に道のり約18km、車で約30分。秋保温泉は「仙台の奥座敷」として知られ、県内・近県からの観光客が多い。秋保地区の商圏人口は約4,700人（秋保町は1988年に仙台市に合併）。温泉観光業に携わる住民も多く、「主婦の店 さいち」は、まさに「主婦の台所」として地域の役割を果たしている。

## 社名／屋号

株式会社 佐市／主婦の店 さいち

## 所在地

宮城県仙台市太白区秋保町  
湯元字薬師27番地

## 営業時間

午前9時～午後7時30分  
定休＝第2・第3水曜日、1月1～4日  
※8、12月は休日変更有り

## 商品群

惣菜弁当、青果、鮮魚、精肉、  
食肉加工、日配品、菓子、パン、  
一般食品、アイス、酒類、飲料、雑貨

## 商圏人口

秋保温泉地区＝約4,700人



連日“惣菜弁当目当て”的お客様が開店前から待ち並ぶ。開店から2時間は、温泉帰りの観光客などの遠方客で混雑し、それが過ぎると近隣住民の通常来店でにぎわう。

1階が店舗、2階が住居の個人食品スーパー店舗。厨房、倉庫、通路を定義付けてないため、正確な厨画面積は不明だが、実質的には約40坪。厨房は、煮物作りが始まる夜中2時から閉店の午後7時30分まで3交替制で稼働。駐車場は店舗敷地の他2カ所あり、渋滞が発生する混雑時はガードマン2～5人が車両誘導を行っている。



# どんな称賛の言葉も許される逸品



## ちらし寿司

289g / 330円



### 専務コメント

**さいちの盛り付けは  
生け花の感覚**

海鮮ネタの中でマグロの単価は飛び抜けて高いので、マグロ1品をけずるだけで、比較的単価の安い海鮮ネタを数多く入れることができます。とはいってこのサーモンは1ランク上のものですよ。色あせないし、脂が乗っていますから。さいちでは、お惣菜の盛り付けは「生け花」と同じ感覚で行うよう指導しています。ご飯粒が淵につかないように、容器の中の溝が見えるように、1品を1人で最初から最後まで仕上げるのが、さいちのやり方です。

#### 内容

サーモン、ホッキ貝、エビ、カニ、トビコ、卵焼き、干瓢煮、キュウリ、大葉、酢飯、ワサビ、醤油

#### 見どころ

海鮮ネタだけで5種類、他にも3種類のネタがのっている。謙虚に「ちらし寿司」と名乗っているが、「特上ちらし寿司」といっても決して大きさではない内容だ。にもかかわらずこの内容で「330円」という価格設定は、究極のサービス商品、比類なきコストパフォーマンス、奇跡のお客さま還元価格。どんな称賛の言葉を並べても陳腐に聞こえてしまうほど素晴らしい。いくら安くしても売れないと嘆いている人は、この「ちらし寿司」の商品内容や盛り付け方を比べてからにしたほうがいいだろう。

## 大は小を兼ねる 3本の醤油

### 海鮮丼

297g / 530円

#### 内容

マグロ、サーモン、ホタテ、カニ、トビコ、大葉、パセリ、酢飯、ワサビ、醤油3本

#### 見どころ

脂の乗ったマグロ、みずみずしいホタテ、色鮮やかなサーモン。おいしそうな海鮮ネタがボリュームたっぷりにのっている。だがこれらの華やかなネタも醤油がなければ味は半減する。半減どころか生臭くて食べることすらできない。おいしいネタを生かすも殺すも醤油次第と言つても過言ではないのだ。この海鮮丼にはネタの生命線である醤油が、なんと3本も備わっている。1本目が切れれば2本目を、それが切れても3本目を使えばネタの生命はつながる。大は小を兼ねることわざに当たれば、3本は1本を兼ねる頼もしい醤油付きである。



### 専務 コメント

#### ネタとネタはしっかりと仕切る

刺し身は違う種類のネタがくっつくと、色が変わったり味が移ったりしますので、ネタとネタはしっかりと区切るようにしています。特にマグロとサーモンはどちらも脂が乗っていて色も似ていますので、笹を入れて完全に遮りました。他のネタ同士の間にもパセリ、大葉、ワサビを挟んで区切っています。また東北の人はしゃばいものが好きなので、醤油は多めに入れるようにしています。単に入れただけなく、醤油も飾りの一つとしてカッコよく盛り付けます。



規格=1.8ℓ(常温)

## 汎用性抜群のロングセラー

本醸造の濃口醤油に自社抽出しただし、砂糖、みりんをバランスよくブレンドし、あらゆる和食に使える高い汎用性を実現。2~3倍の濃縮タイプが多いつゆ市場の中、5倍濃縮で経済性の高さも併せ持つ。発売35年のロングセラー商品として幅広いユーザーに支持されている。色・味・香りのバランスのとれた濃口醤油をベースにし、だしには焼津産鰹節と利尻産昆布を使用。鰹節の香り高い薫臭が先立ち、雑味の少ない、すっきりしたうま味が後味を引く味わいに仕上げている。

### プロ好みの使いやすさが好評



#### 専務コメント 決心を固めた万能和風調味料

煮物、まぜご飯、海鮮丼など、いろいろな料理で重宝しています。香り、うま味、塩分のバランスに優れているので、初心者でも扱いやすく、味が一発で決まると思います。また、のびがよいので合わせ調味料のベースに最適。熟練者であればイメージ通りの味を手軽に演出できると思います。うちの場合、素材のエキスやだし、日本酒と合わせ、料理別に合わせ調味料にして使っています。正田醤油さんとは長いお付き合いで、当初から醤油やめんつゆについていろいろ教えてもらいました。約30年前、この特撰つゆに出合って「惣菜弁当で勝負してみよう!」と決心したんですよ。本当に。

#### のびがよく、調味料ベースに最適



さいちの看板料理「煮物」の調味ベースにも欠かせない。惣菜弁当を作り始めた当初から30年以上も愛用



#### ほたて丼 ドリップ、めんつゆ、 日本酒、ワサビが基本

まぜご飯のベースとなる「味付けご飯」は、白飯に「冷凍魚介から出るドリップエキス」「めんつゆ」「日本酒」をまぜて調味したもの。それにメイン具材をのせ、隠し味に「ワサビ」を散らして、個々の商品が完成する。

盛田

名古屋市中区

## 今宵

### 幻のロングセラー

スッキリとした飲み口、クセのない飲みやすさを追求した合成清酒。340年の歴史を誇る愛知県の酒造メーカー、盛田の隠れアイテム。盛田の自社HPにも掲載されず、Web検索でもほとんどヒットしない、幻のロングセラー。



規格=1.8ℓ(常温)



#### 専務コメント

#### すぐ飛ぶアルコールがよし

この酒はアルコールがすぐに飛ぶので重宝します。酒をご飯に振り掛けると、時間がたってもご飯が硬くならず、うま味だけが残りますからね。「酒臭くならない?」と、よく聞かれますが、このくらい軽い酒なら、料理が温かいうちに振り掛ければ、アルコールはすぐに飛びます。