



PLANCTON  
MARINO®

PARQUE NATURAL  
VETA LA PALMA

海の恵みそのものをあなたに

THE SEA AT YOUR TABLE



**DISCOVER PLANCTONMARINO.COM** – FITOPLANCTON MARINO 社は飲食店や食品産業に向けての海洋プランクトンの培養、商品化、販売において、「Novel Food ※1」認定を受けた、唯一の会社です。

※1 Novel Food とは、世界で最も厳しいとされるEUの食品安全基準を満たした会社の製品のみが受けられる認定

Discover planctonmarino.com – The only company that has been awarded the “Novel Food” authorization for cultivating, producing and selling Marine Plankton for the restaurant and food industries.



Veta La Palmaの宝石

A treasure of Veta La Palma

# Plancton Marino

海の恵みそのものをあなたに

Marine Plankton. The sea at your table

100%自然由来の植物性食品であるこの商品は、風味、色味、そして高い栄養価という独自の特性により、料理をより豊かなものにしてくれる、唯一無二の商品です。

Veta La Palmaの海洋プランクトンはリゾットなどの米料理や煮込み料理、ベシャメルなどのソースに限らず想像し得る限りのレシピに応用可能な用途の広い商品です。お客様に新しい料理の楽しさを提供できます。



栄養価が高く、抗酸化物質も多く含み、海そのものの味わいを感じさせる、非常に健康的な料理を提供することができます。



本商品は鉄分、カルシウム、リン、マグネシウム、カリウムといった人間に不可欠なミネラルを多く含んでいます。その他、脂肪酸のオメガ3、6やビタミンB12,C,E、さらに私たちの細胞を傷つけるフリーラジカルを無力化する抗酸化酵素として、現在最も効果があるとされるSOD（スーパーオキシドディスムターゼ）を含んでいます。



本商品は海洋微細藻の培養のために、Doñana国立公園の中心に位置し、生命を育む自然環境の維持に大きな恩恵を与えている、La Finca Veta La Palma自然公園のそのままの環境条件を再現することに成功し、その結果生まれた商品です。Fitoplancton Marino社がNovel Foodの認定を受けた唯一の会社として、4年以上前から製造、商品化し販売をしています。本商品は海洋プランクトンを人間の食用に凍結乾燥をして粉末状にしたものです。



並外れた栄養価と稀有な風味をもつ本商品に「海を食卓に」というコンセプトを命名した、「海のシェフ」の異名をとるAngel Leon氏監修のもと、海鮮料理やリゾットなどの米料理、ソースやアイスクリームなど、簡単な手順、技術で様々な料理を作ることができる用途の広い商品として販売をしています。

We bring to your table an exclusive food that is 100% natural and veggie to spice up your dishes in a unique way.

With Plancton Marino Veta La Palma®, your guests and all foodies will enjoy your rices, stews, marine white sauce, or any other dish your imagination can come up with.



Its highly nutritious, antioxidant composition allows for the preparation of healthy recipes with a distinct, real sea flavor.



Plancton Marino Veta La Palma® carries essential minerals such as iron, calcium, phosphorus, magnesium and potassium. Furthermore, it contains omega 3 and 6 fatty acids and vitamins B12, C, and E. Among its components is SOD or superoxide dismutase—the most powerful antioxidant enzyme known to date, which is responsible for neutralizing the free radicals that damage our cells.



Plancton Marino has managed to recreate the conditions that meet in Finca Veta La Palma, an exceptional spot of biosustainability in the heart of Doñana National Park, for the cultivation of marine microalgae. This freeze-dried product for human consumption is produced and marketed by Fitoplancton Marino S.L, the only company with a “Novel Food” certification for over four years.



In cooperation with the renowned Chef of the Sea, Ángel León—who considers this all-new food of exceptional flavor, taste and nutritional value to be “the sea at your table”—we have come to remarkable results with fish, seafood, rice, sauces, and ice cream among others, as this is a most versatile product that allows for really simple techniques, readily available in your average kitchen.

## 商品規格

Formats

### Plancton Marino Veta la Palma®

本商品は海洋プランクトンを凍結乾燥によって粉末状にし、真空密閉したものを下記の実用的サイズの規格にて販売をしています。  
規格: 10g, 15g, 50g, 100g, 250g

この深碧(濃緑)色をした商品は、その芳醇な香りと力強い味わいであなたの食卓に最高峰の海の恵みをもたらします

*The product is presented in several convenient formats (10g, 15g, 50g, 100g and 250g), freeze-dried and vacuum packed.*

*Its bright green color of consistent appearance brings the best of the sea to your cuisine. Very high aromatic intensity with a powerful flavor.*

#### 栄養成分表 / Nutritional facts

健康に良い、植物性の100%自然食品です。  
魚や甲殻類などの海産物にアレルギーを持つ方にもお勧めの商品です。

*A healthy, natural, vegan food.  
It may be consumed by people with seafood allergies.*

栄養成分表示 NUTRITIONAL INFORMATION	Por / Per 100 g	Por / Per 250 mg	%RI** 250 mg
エネルギー / <i>Calories</i>	337 Kcal / 1408 KJ	0,8 Kcal / 3,5 KJ	0,04 %
脂質 / <i>Fats</i>	7 g	0,02 g	0,03 %
飽和脂肪酸 <i>Saturated fatty acids</i>	2,1 g	0 g	
一価不飽和脂肪酸 <i>Monounsaturated fatty acids</i>	1,6 g	0 g	
多価不飽和脂肪酸 <i>Polyunsaturated fatty acids</i>	3,3 g	0 g	
炭水化物 <i>Carbohydrates</i>	32 g	0,08 g	0,03 %
砂糖 / <i>Sugars</i>	0 g	0 g	
タンパク質 / <i>Proteins</i>	38 g	0,1 g	0,2 %
食塩相当量 / <i>Salt</i>	4,8 g	0,012 g	0,2 %

\*食塩相当量はそのほとんどが本商品に元々存在しているナトリウムの量によるものです。  
\*\*成人の平均摂取量をもとに算出しています。(8,400KJ/2,000Kcal)  
使用について: 使用前に水に溶かしペースト状にしてからのご使用をお勧めします。  
賞味期限: 3年(開封前)

*\*The salt content corresponds exclusively to the naturally-occurring sodium in the food.  
\*\*Reference intake of an average adult (8400 kJ/2000 kcal).  
Instructions / Use: Hydrate with water before using.  
Best-before date: 3 years after being vacuum-packed.*



海の恵みそのものをあなたに

## 使用方法とテクニック

Uses and techniques

ひと手間の違いを生み出す「El Mar en tu mesa(海の恵みそのものをあなたに)」をお楽しみください。

続いて、本商品の魅力を最大限引き出す様々なテクニックや使用法をご紹介します。

Enjoy "the sea at your table" with simple yet distinctive touches.

Below you will find several uses and techniques to make the most of this product.

## 様々な調理テクニック

Gastronomic techniques



### 旨味の強化剤

粉末状の海洋プラクトンとミネラルウォーターをボールと泡立て器を使ってよく混ぜたものを保存し、煮込み料理やリゾットなどの米料理を含め、様々な料理の仕上げの段階で加えるなどしてご使用ください。

### FLAVOUR ENHANCER

Use a stick to mix marine plankton with mineral water in a bowl. Reserve and incorporate in the last minute to such preparations as stews and rice, among others.

PLANCTONMARINO.COM

左記のホームページに入っていたいただければ、パンやマリネ、調味料など様々な料理への使用方法をご覧いただけます。

Visit our website for techniques and preparations with dough, marinades, condiments and many more.



### ソースとしての使用

温かい料理では、一度火から離して本商品を加えてください。冷製料理の場合は召し上がる直前、お客様に提供する際にテーブルで仕上げにソースをかけるとより楽しんでいただけるでしょう。例えば少量のプラクトンを混ぜるだけで鮮やかな色をもつ特別なマヨネーズが出来上がります。

### SAUCES

Add the product in the very last minute, once the preparation has been removed from the heat. If the preparation is a cold one, add right before serving—you are sure to impress the diner if done at the table in front of them. You can create, for example, a marine mayonnaise of an original, impressive color with just a pinch of Marine Plankton.

### エスプーマにして使用

エスプーマ(亜酸化窒素を使い、あらゆる食材をムースのような泡状にすることができる画期的な調理法)にすることで料理の幅が広がります。

### FOAMS

This technique consists in applying nitrous oxide from a canister over a preparation containing Marine Plankton.



### マリネへの使用

ハーブや柑橘類の香りをもつ液体に食材をつけてマリネにします。例えば海洋プラクトンに水と油を加えたものに、イワシの身を24時間漬け込んでマリネを作ることができます。

### MARINADES

Marinating consists in dipping a food in a liquid flavored with herbs, citrus, etc. Try marinating sardine loins in a mixture of Plancton Marino Veta La Palma®, water and oil for 24 hours.

## 使用前の準備

Treatment of the product

### 粉末状プランクトンをペースト状に。Product hydration

1

粉末状のプランクトンをボールにいれ、冷たい水を少しずつ加えながら泡立て器などを使って混ぜます。だまが無くなるよう、均等に混ぜてください。

Put the Marine Plankton in a bowl and slowly add cold water, stirring with a whisk until an even, lump-free paste is obtained.



2

塩を少量加えます。

Add a pinch of salt.



ペースト状にする際の推奨割合: 水 40ml + 粉末状プランクトン 10g  
保存と使用について  
一度水に溶かし、ペースト状にしたものはラップで蓋をして保管してください。冷蔵で24時間使用可能です。本商品を調理する際はプランクトン本来の風味や栄養素が失われるため、沸騰はさせないでください。  
一度開封した商品は高温多湿を避け、涼しい場所で保管してください。粉末の状態ですと6か月、品質を保つことができます。

\*Recommended hydration: 40ml water + 10g Marine Plankton

#### RECOMMENDATIONS

Once hydrated, the product must be kept cool and covered with film for up to 24 hours. Never boil Marine Plankton as it will lose all organoleptic properties. Once opened it will keep good for up to 6 months (in optimal storage conditions).

## 海洋プランクトンの使用例

Product uses

### 海洋プランクトンバター Marine Plankton butter

15分 + 冷蔵庫で冷やす時間  
15 min + cooling

手軽  
Easy

20人前分  
20 servings

#### 材料 / Ingredients:

- ・海洋プランクトン 粉末 6g / 6 g de Marine Plankton
- ・バター 200g / 200 g butter
- ・ミネラルウォーター 20ml / 20 ml mineral water
- ・塩 少々 / Salt

#### 調理手順 / PREPARATION

1 海洋プランクトン粉末を水に溶かす。  
First of all, hydrate the product

2



ペースト状にしたプランクトンを、常温に戻したバターと混ぜる。

Mix the hydrated Marine Plankton with the tempered butter.

3



2のバターをラップでロール状に包み、冷蔵庫で保存する。

Place the butter over film paper, make a roll and keep in fridge.

4



リゾットやパスタ、魚料理などへの使用がお勧め。

Use on risottos, pasta, for serving over fish, etc.

## 海洋プランクトンの使用例

Product uses

### 海洋プランクトンキューブ(冷凍保存調理例)

Plankton cubes

10分 + 冷凍庫で冷やす時間  
10 min + cooling

手軽  
Easy

40人前分 (10キューブ)  
40 servings (10 cubes)

#### 材料 / Ingredients:

- 海洋プランクトン 粉末 10g / 10 g Marine Plankton
- ミネラルウォーター 70ml / 70 ml mineral water
- 塩 少々 / Salt

#### 調理手順 / PREPARATION

1  海洋プランクトン粉末を水に溶かす。  
First of all, hydrate the product



1を製氷皿に入れ、冷凍する。

Distribute the hydrated Marine Plankton over an ice cube tray and freeze until use.



冷凍したものを密閉袋に分け入れ、必要な時に取り出して使用する。

Once frozen, they can be placed in a zip bag for added convenience.

## 海洋プランクトンの使用例

Product uses

### 海洋プランクトンのバイヨンキューブ

Marine Plankton Stock Cubes

1時間  
1 h

手軽  
Easy

40人前分 (10キューブ)  
40 servings (10 cubes)

#### 材料 / Ingredients:

- 海洋プランクトン 粉末 10g / 10 g Marine Plankton
- エシャロット 90g (4本) / 90 g shallots (4 pieces)
- ニンニク 4g / 4 g garlic
- ネギ 40g / 40 g leek
- トマト 大さじ1 / 1 tablespoon tomato
- 油 大さじ1 / 1 tablespoon oil
- エルブ・ド・プロヴァンス (オレガノ、タイム、ローズマリー) 小さじ1 / 1 teaspoon herbes de Provence (oregano, thyme, rosemary)
- パセリ 小さじ2 / 2 teaspoons parsley
- ヘーゼルナッツ 15g / 15 g hazelnuts
- アーモンド 15g / 15 g almonds
- パン 16g / 16 g bread
- ミネラルウォーター 30ml / 30 ml mineral water
- 塩 少々 / Salt

#### 調理手順 / PREPARATION

1  海洋プランクトン粉末を水に溶かす。  
First of all, hydrate the product



細かく刻んだエシャロット、ニンニク、ネギを油で炒める。トマトを加え再度炒めた後、エルブ・ド・プロヴァンスとパセリを加える。よく混ぜ合わせ火から離す。

Cut the shallot, the garlic and the leek in small dices. Cook in oil. Add tomato and stir. Then add herbes de Provence and parsley. Stir well and remove from heat.



すり鉢でアーモンドとヘーゼルナッツをすりつぶした後、パンを加え同じくすりつぶし、よく混ぜておく。

Crush almonds and hazelnuts in a mortar. Crush the bread in the same mortar. Mix everything and reserve.



2と3をボールに入れ、そこに1の水に溶かした海洋プランクトンを加える。

In a bowl, mix the sautéed vegetables and the crushed dry fruits with the hydrated Marine Plankton.



すべてが均等になるまで混ぜる。

Mix everything until thoroughly blended.



5を型に入れ、冷蔵庫で冷やす。

Cover a mold with the mixture and let cool.



冷えて固まったら、10個に切り分け保存する。冷蔵であれば2日、冷凍で一か月使用可能。

When cold, cut in ten portions. Can be kept in fridge for 2 days or in freezer for up to a month.

## 調理例 *Recipe*

### 海洋プランクトンバターを使った、 カサゴの鉄板焼き

*Grilled scorpion fish with Marine Plankton butter*



15分  
15 min



手軽  
Easy



4人前分  
4 servings



#### 材料 / *Ingredients:*

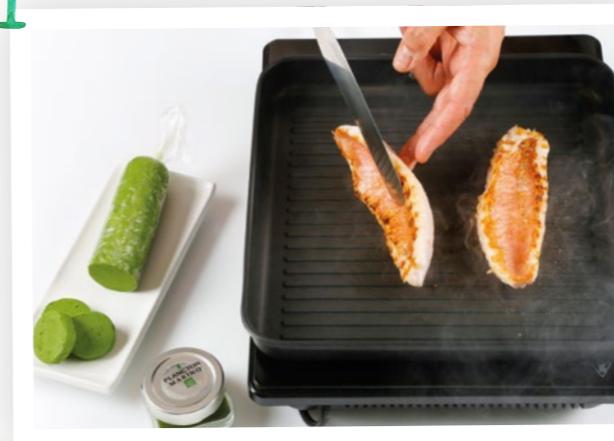
- ・海洋プランクトンバター / *Marine Plankton butter*
- ・カサゴの切り身 4枚 / *4 fillets (loins) of red scorpion fish*
- ・オリーブオイル / *Olive oil*
- ・塩 / *Salt*
- ・コショウ / *Pepper*

#### 付け合わせ / *Garnish:*

- ・ジャガイモのソテー / *Baked, sautéed potato balls*
- ・ミニキャロットのソテー / *Baked, sautéed baby-carrots*

#### 調理手順 / *PREPARATION*

1



カサゴの切り身に塩コショウをし、フライパンもしくは焼き網を使用して焼く。

*Season the loins with salt and pepper and cook in a frying pan or a grill.*

2



片面が焼けたらひっくり返し、海洋プランクトンバターをのせる。もう片面が焼けたら盛り付けをする。

*Turn the fillets, add Marine Plankton butter over them and let cook until desired.*

## 調理例 *Recipe*

# アサリとタラの海洋プランクトングリーンソース

*Cod with clams in Marine Plankton green sauce*

 20分  
20 min

 手軽  
Easy

 4人前分  
4 servings



## 材料 / *Ingredients:*

・海洋プランクトンキューブ 1個 / 1 *Marine Plankton cube*  
・タラの切り身 4枚 / 4 *loins of cod*  
・アサリ 250g / 250 *g clams*  
・アラのだし汁 150g / 150 *g fumet*  
・エシャロット 3本 / 3 *shallots*

・ニンニク 3片 / 3 *garlic cloves*  
・白ワイン 75ml / 75 *ml white wine*  
・小麦粉 小さじ1 / 1 *level teaspoon flour*  
・オリーブオイル / *Olive oil*  
・塩 / *Salt*

## 調理手順 / *PREPARATION*



細かく刻んだニンニクをエシャロットと少量のオリーブオイルで炒める。

*Mince garlic and shallot and sauté them in a bit of olive oil.*



小麦粉を加え、数秒炒める。

*Once poached, add flour and reheat for some seconds.*



白ワインを加え、煮詰める。

*Add wine and boil down.*



アラのだしを加え、塩で味を調える。

*Pour the fumet and add salt as necessary.*



沸騰したら、タラとアサリを加え1分間蓋をする。

*Bring to boil and add the cod and the clams. Cover and cook for one minute.*



アサリが開いたら海洋プランクトンのキューブを入れ沸騰しないよう気を付けながら1分以上弱火で煮る。

*When the clams open, add the Marine Plankton cube and cook over a slow fire for another minute (without reaching boiling point).*

## 調理例 Recipe

# コウイカとジャガイモ、 海洋プランクトンのトマト煮

Cuttlefish with potatoes and Marine Plankton

45分  
45 min

手軽  
Easy

4人前分  
4 servings

### 材料 / Ingredients:

- ・海洋プランクトンキューブ 1個 / 1 Marine Plankton cube
- ・コウイカ 小 4個 / 4 small cuttlefishes
- ・新玉ネギ 1個 / 1 spring onion
- ・ネギ 1本 / 1 leek
- ・ニンニク 2片 / 2 garlic cloves
- ・ジャガイモ 中 4個 / 4 medium-sized potatoes
- ・熟したトマト 1個 / 1 ripe tomato
- ・クミン 小さじ1 / 1 teaspoon cumin
- ・ブランデー 100ml / 100 ml brandy
- ・魚のブイヨン / Fish broth
- ・サヤエンドウ / Snow peas

## 調理手順 / PREPARATION



コウイカを洗い、胴体の部分だけ残し包丁の先でますの目状に切れ目を入れる。コウイカのその他の部分は細かく刻んでおく。

Clean the cuttlefishes and keep the central pieces alone. Mark them with a knife in a grid pattern. Mince the rest of the cuttlefishes in tiny dices.



ニンニク、タマネギ、ネギを炒めた鍋にトマトを入れ、冷めるまで置いておく。クミンと細かく刻んだイカを入れ、数分炒める。

In a pot, sauté the green onion, the leek and the garlic. Add tomato and let fry. Incorporate cumin and the minced cuttlefish, cook for some minutes.



ブランデーを加え、アルコールを蒸発させる。  
Add the brandy and let alcohol evaporate.



魚のブイヨンを具材が浸るまで入れ、蓋をして30分間もしくはイカが柔らかくなるまで煮る。

Add the broth until ingredients are covered and cook (covered) for 30 min or until the cuttlefishes are tender.

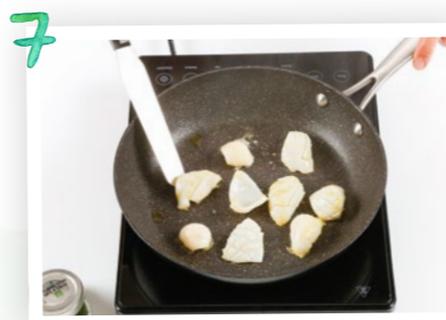


ぶつ切りにしたジャガイモを加えさらに煮る。  
In the same broth, cook the potatoes, cut in chunks.



海洋プランクトンキューブを入れ、沸騰しないよう注意しながらさらに一分間煮る。塩で味を調え、数分間置いておく。

Once cooked, add the Marine Plankton cube and cook for another minute (without reaching boiling point). Add salt as necessary, cover and let settle for a couple minutes.



別のフライパンに少量の油をひきコウイカのます目を入れた面がきつね色になるまで焼き、塩コショウをする。

In another pan with a bit of oil, brown the cuttlefishes by the grid side and season with salt and pepper.



カットしたサヤエンドウを塩コショウで味付けし少し歯ごたえが残るくらいまで炒める。6をお皿に盛り、焼いたコウイカとサヤエンドウを添える。

Cut some snow peas, season and sauté them "al dente". Serve the stew with the sautéed cuttlefish and the snow peas.



Veta La Palmaの宝石  
A treasure of Veta La Palma



# Plancton Marino

海の恵みそのものをあなたに

*Marine Plankton. The sea at your table*

様々な調理への応用が簡単な、用途の広い商品です。

高い栄養価と抗酸化物質を含み、海本来の味わいを楽しめると同時に健康に良い料理を提供することが可能です。

この100%自然由来の植物性食品は、風味、色味、そして高い栄養価という独自の特性によって、料理をより豊かなものにしてくれます。

*A most versatile product **with uses and techniques** readily available in your kitchen.*

*Highly nutritive and antioxidant, its composition allows for healthy preparations **with the sea at your table.***

*An exclusive, 100% natural, vegan product that **will spice your recipes up in a unique way.***





# PLANCTON MARINO®



PARQUE NATURAL  
VETA LA PALMA

[PLANCTONMARINO.COM](http://PLANCTONMARINO.COM)

