

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	2/22		3/1

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	2/25		3/4

※ご注文の締切りは、★火曜コース⇒木曜日のAM10時まで ★金曜コース⇒月曜日のAM10時まで
 ※土曜日と日曜日は休業日となります。

生産者と消費者が手を取り合って37年！ 考える会は3月7日で37歳になります

「創業祭」スタートします

今年の3月で熊本いのちと土を考える会は37歳になります。生産者と消費者が手を取り合って始めた提携活動をここまで続けてこられたのも、皆さんの支えがあってからこそだと感謝しております。日頃の感謝の気持ちを込めて、今週から5週間「創業祭セール」を始めます。週替わりでいろんな商品をセール価格でお届けします。この機会にいつも買っている商品はもちろん、今まで利用したことのない商品や、気になっていた商品などなど、是非ご利用いただけたら嬉しいです。ご利用よろしくお願いたします。

徳島県・イシイフーズ「神山鶏」全品特価!

「神山鶏」の住まいは人里よりもはるか上。澄んだ風が吹き、豊かな水が湧き、時には雲海を見おろす鶏舎で、純真無垢に育ちました。



飼料には非遺伝子組み換えPHFトウモロコシと、非遺伝子組み換えの大豆かすを中心とした、植物性飼料のみを使用しています。飼料用米を20%配合。解放型鶏舎のなかでできる限りストレスがかからないようにゆったりと飼育しています。抗生物質、抗菌剤は使用していません。飼育日数(約60日)

定例注文書(A3表面)でご注文ください

「木次乳業の乳製品」全品特価!

島根県にある木次乳業は、木次町一帯が「有機農業の郷」と言われており、有機農業を中心に地域をあげて食の自給に取り組み、質の高い安全でおいしい乳製品を製造しています。

1455 プレーンヨーグルト

定例注文書(A3表面)でご注文ください

400ml 318円(税込)5円引

人気No1
「プレーンヨーグルト」



金子製麺「全品5円引」

天然えび「全品10円引」

成清海苔「全品5円引」



国産小麦にこだわり、一切の添加物を使用せず穀物の持つ素材の味を引き出す製法を続けています。

今回から新商品として、「スーフ付き中華麺3種」が加わりました。



パプアニューギニアの大海原で生き抜いた天然のエビを、漁獲してすぐに船の上で急速凍結をしていますので、鮮度抜群でとっても美味しいエビです。



有明海産の秋芽一番摘みにこだわった酸処理をしていない海苔です。シャキッとした歯切れで口の中でとろけて甘味がひろがるとっても美味しいのりです。

金子製麺、天然エビ、成清海苔は特別注文書(A4)でご注文ください(3/8.11配送)



♣この前ニュースで熊本産のアサリの事がとりあげられていましたが自分の済む地域ではかなり昔から言われていた事でした。この件は複合的な理由があったと思いますが、このような事は世の中にはたくさんあって、法律を上手にかわした曖昧でグレーな物があふれています、そんな中でもこの会は昔からひとつひとつ皆で学び確認しながら自分たちの食べ物に向き合っていくすばらしい会だなと思っています。

ぜひこれからの未来も一緒に作って行きましょう！

今日はマジメです(^-^)



..2/7 網田町・本田泰晴..

♣ 旧暦新年あけましておめでとうございます！
冬来たらば春遠からじ。その言葉通りに、まだまだ寒い2月頭ですが、梅の花はもう開きだして、もう少しで冬が終わることを感じさせます。今年は僕にとっても皆さんにとっても、どんな年になるのでしょうか？どんな方向に芽を伸ばして、葉をつけ花を着けて実を結ぶのかは、それぞれの環境でもちろん違いますが、各々が生きること大事にしたいなと、人にも自然界にも思います。今年もよろしくおねがいします。

..2/7 三角町・江口 健..

♣ 昨日は今受講している野草の先生が私用で福岡に来るということで九州の受講生グループで集まって先生と会うことになり、約10年ぶり位に高速バスで福岡へ。授業はいつもオンラインですが、もう一年以上受講していて同じことを学んでいるということもあり、すぐに友達感覚で意気投合。同じ学びを共有している仲間、先生がいるって幸せだな～と実感しました。

福岡の公園で先生達と野草摘みしながらプチ講座、九州で野草文化、仲間を広めようという思いを共有した楽しい一日でした。

..2/8 旭志町・新川幸弘..

♣ 早くも1月も終わり、2月になりました。
コロナのおかげで、大変です。今週始めに息子が発熱したと連絡があり、お迎えに。発熱すると兄弟も登園できず、小学校の長男も行けず、元気なのに3人家にいます。一応抗体検査も受けてくれと言われ、仕方なく行きましたが結果は陰性。

それでも3日間は行けないので、困ります。
昨日の袋詰め3人ともお手伝いしてくれて、4才の次男もできる様になって、少し感動しました。

ま、楽しんで生活する様にしようと思います。

..2/4 大津町・山本瑞樹..



生産者だより(2/4 ラインメッセージより)

こんにちは👋 KIKI MARKET GARDEN、山本です👋👋

3人の子どもたちは自粛にて、お腹すいたなんか食べたーい！が絶え間ない気がしています🤔🤔🤔笑

昨年末の餅つきイベントの際についていた、エビもちが冷凍庫に残っていたので、解凍し薄く切って、寒にさらしながら天日干し、カチカチに乾いたところで、揚げておやつにしました👋

先日、梅酢で作ったお塩(梅塩というのかな?)で握ったおにぎりを食べたのですが、それがとっても美味しくて、梅塩、わたしも作ってみました。少し前に古荘ようこさんからお裾分けしていただいた梅酢を、お塩と合わせ、フライパンで水分を飛ばし、こちらも天日干し🌟とても鮮やかなピンク色になりました👋

この梅塩を揚げせんにばらり👋👋酸っぱしょっぱい味とエビの風味で、みんなでパクパク食べちゃいました♪

写真も撮ってたのですが、スマホの調子が悪く文字だけですみません🙇🙇🙇

二月一日は新月、太陰暦では新年の幕開けの日(旧正月)。畑でもお月様との繋がりを感じながら種をまいたりしています👋

今年一年はどんな年になるのでしょうか👋今年もよろしくおねがいします👋

配送者だより



◇ みなさんこんにちは！

オリンピックが盛り上がっていますが、北京が「ペキン」ではなくBeijing だったとは全然知りませんでした。

2008年の北京オリンピック(夏)を改めて調べてみたら、やはりBeijing の文字がありました。

外国の人と話すとき「ペキン」と言っても通じないんですね。国際感覚の大切さを感じながらテレビ観戦したいと思います。ちなみにウイグルは「ウィーグウア(ル)」と発音するそうです。

今日も元気に「正直野菜」をお持ちします！！

..2/8 A4・B2コース・福岡恵士..

◇ 皆さんおはようございます。こんにちは。

先日のことですが、ユーチューブでニュースを見ていたら、あさりの産地偽装問題があっていました。

舞台は何と熊本！話によると熊本の天然のあさりの水揚げは約21トンにもかかわらず、全国のお店に並ぶあさりはほとんどが熊本県産。

どうやら外国から輸入したあさりを熊本の海にまいてしばらくして水揚げし、それを熊本県産として販売しているようです。

実際に産地偽装を行っていた業者の話だと一社でなんと7000トンを出荷していたようです。天然あさりの約333倍ですね！(汗)。あさりの好きな私にはとても残念なニュースでした。

..2/8 A3・阿蘇コース・立川星彦..

野菜・果物だより

寒さをのりこえ葉野菜が豊富に収穫できています。種類が多くなっていますが、うま調理されてください。

「菜っばの中華炒め」

「材料」 ・葉物 ・生シイタケ ・豆腐 ・人参 ・油 ・塩 ・胡椒 ・みりん ・醤油 ・酒 ・ごま油 ・片栗粉

- ① 葉物を3cmくらいに切り、生シイタケは細くきざむ。豆腐は水切りし、人参は千切りにする。
- ② 豆腐以外の材料を油で炒め、塩胡椒する。
- ③ 豆腐を粗くつぶして入れ、みりん、醤油、酒少々で味をつける。
- ④ 水溶き片栗粉を入れ、最後にごま油少々加え味を整える。



「菜っばと油揚げの炒め煮」

「材料」 菜っば 油揚げ 塩 醤油 酒

- ① 菜っばは洗って5cmくらいのざく切りに、油揚げは1cm巾の短冊切り。
- ② 鍋に油揚げを入れ、上に菜っばをのせて火にかけて全体がしなっとするまで炒める。
- ③ 塩、醤油、酒で味をつける。

京都使い捨て時代を考える会/安全農産供給センター
「新版 野菜はともだち」より

ワサビ菜の美味しい食べ方を教えていただきました

- ① オリーブオイルをひいたフライパンに、ちりめんじゃこ、ザクザク切ったワサビ菜を入れ、味をみて塩を入れる。
 - ② オリーブオイル、ニンニクスライス、ちりめんじゃこを炒め、ワサビ菜を入れて炒まったら、ゆでたスパゲッティ麺を入れ、塩こしょうで味を整える。
- 緑がきれいで葉ざわりも良く家族に好評でした。 A2コース Kさんより

商品についてのお知らせ

◆定例注文 今回より値上げ

3240	なたね油(大)	1650g	1620円	➔	1836円
3241	なたね油(小)	825g	972円	➔	1080円
3242	なたねしらしめ油(大)	1650g	1620円	➔	1836円
3243	なたねしらしめ油(小)	825g	972円	➔	1080円
3247	紅花油	660g	1404円	➔	1620円
4050	つばき油	92g	1430円	➔	1650円
4029	ミセル固形石けん	5個	510円	➔	532円
4023	無添加石けん	135g	254円	➔	260円

◆特別注文 かねこ製麺今回より値上げ

2201	もちぷり餃子の皮	10cm径20枚	240円	➔	243円
2202	全粒粉餃子の皮	10cm径20枚	251円	➔	257円
2203	地粉餃子の皮	10cm径20枚	218円	➔	224円
2204	地粉しゅうまいの皮	6.5cm角30枚	177円	➔	183円
2205	地粉春巻きの皮	18cm角10枚	307円	➔	312円
2206	地粉ワンタンの皮	8cm角20枚	218円	➔	224円
2207	足柄古式生そば	130g×2	333円	➔	341円
2208	生うどん(太麺)	130g×2	239円	➔	248円
2209	生うどん(細麺)	130g×2	239円	➔	248円
2210	モンゴルかんすいラーメン	120g×2	239円	➔	248円
2211	せいろ麺(蒸し中華麺)	150g×2	254円	➔	261円
2212	せいろ蒸し焼きそば(スープ付)	150g×2	464円	➔	472円
2213	ちゃんぽん麺(スープ付)	120g×2	464円	➔	472円

長引く仕入価格や燃料の高騰等により各社値上げとなっております。他商品につきましても今後値上げが予想されます。

祝 創業37周年祭!

今週のスポット品

今年は創業37周年! 日頃の感謝を込めてセール開催!



安心・安全でよいものをつくり続けたいというメーカーを応援する気持ちでこだわりの商品をお試しください。

♪メーカー案内が別チラシでですのでご覧ください。

★【**神山鶏**】 【**木次乳業**】 【**成清海苔店**】
【**パプアニューギニア海産**】 **かねこ製麺**】 【**お酒類**】

【**神山鶏**】
全品5円引き!
(骨付きモモは15円引き)

【**木次乳業**】
全品5円引き!

【**成清海苔店**】
全品5円引き!

【**パプアニューギニア海産**】
全品10円引き!

【**かねこ製麺**】
全品5円引き!

【**お酒類**】

3810 特選・料理用自然酒 1800ml 2189円 → 20円引	3825 井筒ワイン ロゼ 720ml 1523円 → 15円引
3811 特選・料理用自然酒 720ml 996円 → 10円引	3826 井筒ワイン メルロー 720ml 1788円 → 20円引
3803 ★いのちの雫原酒43度 720ml 2619円 → 25円引	3813 自然酒純米吟醸(小) 720ml 1806円 → 20円引
3805 ★1箱いのちの雫原酒43度 720ml×12 30591円 → 78円引	3814 自然酒純米原酒(大) 1.8L 3174円 → 30円引
3804 ★いのちの雫原酒25度 720ml 1466円 → 15円引	3815 自然酒純米原酒(小) 720ml 1587円 → 15円引
3806 ★1箱いのちの雫原酒25度 720ml×12 17076円 → 68円引	3831 12缶サンサンオーガニックビール 350ml×12 3205円 → 30円引
3823 井筒ワイン 赤甘口 720ml 1423円 → 15円引	3832 24缶サンサンオーガニックビール 350ml×24 6359円 → 60円引
3824 井筒ワイン 白辛口 720ml 1423円 → 15円引	3830 6缶サンサンオーガニックビール 350ml×6 1616円 → 15円引

今週の特注品

..3/8..11届け..

☆**野菜の苗(生産者 本田泰晴さん)**

網田町の本田さんが無農薬無化学肥料で育てた苗です。4月中旬頃のお届け予定。家庭菜園をお楽しみください。

☆**成清海苔店** 月に1回

成清海苔店は「秋芽一番摘み」だけを使用した海苔で、創業以来「無添加」「無着色」「化学調味料不使用」のこだわりのお店です。

☆**パプアニューギニア海産「船凍天然エビ」** 月に1回

天然でしかも薬品を使っていない、パプアニューギニア産のエビです。漁獲してすぐに船の上で急速凍結する為、食感や風味が格別です。

☆**かねこ製麺「餃子の皮・生麺」** 月に1回

一切の添加物を使用せず、穀物の持つ素材の味を引き出す多加水熟製法により導き出された風味・コクのある「昔ながらの味わいを守る本格麺をお試しください。

☆**3月ミニケース予約**

ミニケースは少人数家族向けで、品数7~8品、価格1350円前後になっています。予約注文で1ヶ月毎週利用が基本です。小ケース・普通ケースへの変更もできます。

かねこ製麺よりスープ付き中華麺新登場! NEW

国産小麦粉と蒙古王かんすいで、コシとなめらさかを感じる中華麺。「醤油」「味噌」「しお」のスープ付きです。日本の中華麺シリーズお試しください。
内容量: 麺120g×2, スープ47g×2 437円(税込み)



【No.2214】 日本の中中華麺 醤油 【No.2215】 日本の中中華麺 味噌 【No.2216】 日本の中中華麺 しお

♥**私のお気に入り商品**

..Nさんより..

..おきエビ。身が70リ70リしておいしいです。
先日、エビマヨに挑戦!! 自己流!!
作り方 おきエビ、4リ7リ(ゆで、上リ切り)に片栗粉
Fに混ぜて、多めの油で炒めて、多めの
マヨネーズ、4リ7リ(私は、50%22、V-E入
て)で和えました。生野菜(レタ、トマト)の上のせて
Fのマヨネーズを添えました。作ら、4リ7リ-増量、おもしろ



次週のセール品予定

★【**アルプス牛肉**】 【**内田安喜商店**】
【**調味料類**】 【**ムソーDE冷凍**】