

| | | | |
|-------|------|---|-------|
| 火曜コース | 提出日 | ⇒ | 配送日 |
| | 10/4 | | 10/11 |

| | | | |
|-------|------|---|-------|
| 金曜コース | 提出日 | ⇒ | 配送日 |
| | 10/7 | | 10/14 |

※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。

グローバル祭り！グローバル全品10円引き！



山のハム工房グローバルは、標高600mの静かな山の上にあります。1980年から無添加でのハム作りを続けてきています。化学調味料や発色剤は一切使用せず時間をかけて熟成させて、自然の旨みを引き出します。グローバルをいつも支えて下さる1人1人の思いが全部美味しさにつながっている商品たちです。



新商品「ロングソフトサラミ」

ソフトサラミは、一週間ほどで出来上がるのですが、豚腸を使った一回り太いロングサラミは、数週間つり下げたまま発酵を進めます。この製品は、発酵を助けるためにワインを使っています。ソフトサラミより、その味覚もさらに個性的です。グローバルでは、より自然な発酵ができるように、製造にもっとも適した冬期のみ、サラミの発酵をさせています。その後、冷蔵庫の中でゆっくり熟成を進めるのです。
 (手作りのため一つ一つの重量が違い、お手元に届く商品の価格は多少前後します。)

1385 ロングサラミ

100g前後 629円(税込) 10円引

特別注文書(A4でご注文ください)

次回未定

前回企画時の
人気商品

No1 1369 あっさり料理用ベーコン
230g 1080円(税込) 10円引

No2 1362 ウィナーソーセージ
110g 540円(税込) 10円引

No3 1372 バジルソーセージ
182g 756円(税込) 10円引

グローバルが大切にしていること

- 作り方・・・化学調味料、保存料、発色剤等は一切使用せず、時間をかけてじっくり熟成させ自然の旨みを引きだします
- 原料・・・非遺伝子組換飼料(Non GMO)で育てた豚を使用しています。肥育期の豚には抗生物質は使用していません
- スモーク・・・昔ながらのだるまストーブで乾燥、加熱、燻煙を行います。燻煙には桜の生木を使っています。

サンコー「秋冬菓子再開」&「新商品」&「全品特価」

～秋冬限定再開品～



国内産小麦粉を主原料に焼き上げた皮で、北海道産小豆でつくった餡をはさみこみました

3531 ミニどら焼き
6個 356円(税込) 5円引



国内産小麦粉を主原料の生地を香ばしく焼き上げ、黒砂糖蜜を絡めて仕上げました。

3519 黒棒
8本 335円(税込) 5円引

～新商品2種～



佐賀県産ヒヨクモチを100%使用し、北海道産スーパーソフトコーン等、厳選した素材を使い風味豊かに仕上げました。

3556 とうもろこしあられ
30g 270円(税込) 5円引



国内産小麦粉を主原料の生地を水を使わず牛乳だけで練り上げた、まるやかな甘さのスティックタイプのビスケットです

3557 ミルクルティック
100g 292円(税込) 5円引

ご家庭で味噌作り！

「手作りみそ企画」



イメージ写真

味噌作りの季節になりました。手前味噌で美味しい味噌造りに挑戦してみませんか？山鹿市にある内田物産(卑弥呼みそ)の麦麴、麦米合わせ麴のご案内です。詳しくは特別注文書を配布しております。

特別注文書(A4/内田物産)でご注文ください(10/18、10/21配送)

秋播きの家庭菜園に！

「本田さんの発酵肥料」



本田さん(網田町)が米糠、大豆皮、油粕、もみ殻燻炭などを地元の土着菌で発酵させてつくった肥料です。今までは10kg入りでしたが、使いやすい5kg入りが始まりました。特注野菜の欄に注文欄があります。

4105 本田さんの発酵肥料
10kg 1185円(税込)

4108 本田さんの発酵肥料 小
5kg 678円(税込)

畑からのメッセージ



☺ 大きな台風が熊本を通過しました。皆さん被害はありませんでしたか？生産者のY君のハウスにも被害が出ており、作物、果樹などの現場も気になります。私の水田でも強風で倒された所もあり、今後の雨の降り方も気になります。養豚場では被害は見られませんが、漏電により電気が使えません。今のシステムでは電気がなければお手上げです。おそらく2日位は復旧しないと思いますので、手作業での仕事になります。

..9/19 阿蘇市・島川和也..

☺ また台風が接近しているようですね。そのせいなのかは分かりませんが、最近毎日のように夜になると明かりに誘われて侵入していたスズメバチが入ってこないのも、もしかしたらスズメバチも台風対策するのかな〜とかそういうどうでもいいことを考えるのも楽しいものです。最近はやりたい事があって出稼ぎに出る事も結構あって、夜中や夜明け前の風景を眺めて家路につくことが多いのですが、日頃と違った体験ができて新鮮な毎日です。

..9/16 旭志町・新川幸宏..

☺ 今日の台風で畑は荒れてしまい、復旧作業をしたい気持ちが山々です。ピーマン、豆など倒れてしまいましたが、起こしてあげればまだ大丈夫なものが多いと思います。今まではあまり風が直撃せずこれでしたが、今日は今回はわりとまともにきました。まあこれも農業ですかね・・・。

..9/20 御船町・石脇祐介..

☺ もう9月というのにこの暑さは何なのでしょうね。おまけに台風まで来ちゃうなんて予定がくるってしまってマイツチングですね。今週中にジャガイモ植えるはずだったのに台風対策とは・・・泣き。土曜日はバタ子さん間違いないですね！バタ子で思いましたが、れんこんをバターで焼くとうまいですよ！れんこんがうまいのか、バターがうまいのか・・・生産者としてはれんこんと言いたいです、決めれないので皆さん食べて決めて下さーい！！

..9/16 網田町・本田泰晴..

☺ 台風が過ぎ去って、一気に涼しくなりましたね。それにしても台風、すさまじかったです。ハウスは倒され、野菜は倒され、道には大木が折れていて通れない道も・・・勝手に今回も大丈夫だろうとなめていた結果、大変な事になってしまいました・・・。自然をなめてはいけませんね。気を取り直してもう一度。苗も半分くらいやられてしまったので、これから忙しくなりそうです。お米の方々は大丈夫だったか心配ですね・・・。

..9/20 大津町・山本瑞樹..

生産者だより(9/16 ラインメッセージより)

こんにちは☺ほんだです☺

畑へおいでよ【本田の畑で秋の苗市】

秋の野菜、ハーブ、花を植える楽しみな季節になりました。野菜やハーブの植え方や育て方、珍しい野菜やハーブの食べ方などをゆっくりとお話をしながら選んでいただけたらいいなと思い本田の畑で秋の苗市をこの度企画をさせていただきました。はじめての企画で皆さんにお越しいただけるのかしらと緊張が胸がドキドキしています。

ぜひ遊びにだけでもお越しいただけたら嬉しいです。当日は苗を購入されない方も楽しんでいただけるようにプチマルシェでは美味しいものをご用意しています。



(野菜苗) ベビーリーフ 大葉春菊 かつお菜 高菜 紫白菜 紫カリフラワー ミニカリフラワー ミニ白菜 カステル フランコ チーマディラーパ イタリア野菜など

(ハーブ花苗) デイル フェンネル マロウ カレンデュラ タイム レモンバーム ポリジ レッドソレルなど

(美味しいいろいろ) ・自家製ベーコンとお野菜たっぷりスープ、美味しいパンのサンド・季節のスイーツ&ドリンクなど

※保冷バッグやマイ食器があると便利です。どうぞ宜しくお願いします♡

Invitation K-farm nursery



配送者だより



◇ みなさんこんにちは！今週も米委員会の福岡です。

今年も石脇農園の田んぼで稲刈り体験を行います。6月にみんなで植えた苗が実りの時期をもうすぐむかえようとしております。今回は石脇さんの協力のもと、架け干し米に挑戦することになりました。干しながらお米が熟れていくように、少し早目の、葉に青みが残ってる状態での稲刈りとなる為、実施日の決定が難しく、それで10/2or10/9というようになってしまいました。予定を組むのが難しいかもしれませんが、たくさんのご参加をお待ちしております。今日も元気に「正直野菜」をお持ちします！

..9/20 A3・A4・B2・阿蘇コース 福岡恵士..

～行事予定～

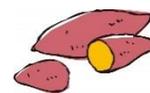
・畑へおいでよ！本田さんの畑で秋の苗市：10月8日(土)10:00～ 網田町 本田さんの畑

・畑へ行こうよ！石脇農園で稲刈り体験：10月2日(土)もしくは9(日)～ 御船町 石脇農園

「さつま芋とリンゴの重ね煮」

「材料」 さつま芋 リンゴ バター

- ① さつま芋は皮のままよく洗い、5mm巾の輪切りにする。
- ② リンゴは四つ割りにして皮をむいて5mmの薄切りにする。
- ③ 鍋にさつま芋、りんごを交互に並べ上にバターをのせ水を少し入れて蒸し煮にする。



「さつま芋団子」

「材料」 さつま芋 小麦粉 塩 黒砂糖

- ① さつま芋は皮をむき、塩少々を入れて茹でてつぶす。茹で汁はとっておく。
- ② 茹で汁が熱いうちにつぶした芋の半分と小麦粉を入れ、よくこねて団子の皮を作る。
- ③ 残り半分の芋に黒砂糖を入れ、甘味をつけてあんを作る。
- ④ ②の皮で③のあんを包んで団子にし、沸騰した湯に入れて茹でる。

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

「ピーマン」

「ピーマンとおかかの甘辛煮」

「材料2人分」 ピーマン・約5個 醤油・大さじ1強 みりん・大さじ1 酒・大さじ1 かつお削り・3g

- ① ピーマンは縦2つに割り、1cm程度に切る。
- ② 油でピーマンを炒め、油が全体に回ったら、醤油、みりん、酒を入れる。
- ③ 最後にかつお削りを入れ、汁気がなくなりピーマンが軟らかくなるまで炒め煮する。

食べもの通信 ● 2022.09

エンマさんは子どものころから体が弱く、20歳のときに医者から1日に3個の卵を食べるようにすすめられ、毎日欠かさずそれを実行したそうです(年をとってから卵2個)。

長寿者に多い「卵好き」イタリアでも日本でも秋です。卵パワーを見直してみませんか。1日に2〜3個の卵を、100年近く毎日のように食べ続けて長生きした、スーパー長寿の女性が、イタリアにいました。2017年4月に117歳で他界したエンマ・モラノさんで、イタリアでは歴代1位の長寿記録をもつ女性です。ただし、フランスのジャンヌ・カルマンという122歳まで長生きした女性がいます。だから、当時のヨーロッパ全体では歴代2位となりません。

長寿者に多い「卵好き」イタリアでも日本でも

卵パワー恐るべし

食文化史研究者・未来長寿食研究会会長 永山久夫

談義 69

エンマさんは子どものころから体が弱く、20歳のときに医者から1日に3個の卵を食べるようにすすめられ、毎日欠かさずそれを実行したそうです(年をとってから卵2個)。

日本では歴代2位となりません。エンマさんは子どものころから体が弱く、20歳のときに医者から1日に3個の卵を食べるようにすすめられ、毎日欠かさずそれを実行したそうです(年をとってから卵2個)。

3個のうち2個は生で、あとの1個は火を通して食べていたようです。生卵と、ゆで卵とオムレツを好んだといわれています。約100年間で、10万個ぐらいの卵を食べていた計算になりますから、卵パワー「恐るべし」です。

野菜と組み合わせれば食べれば言うことなし

1個の卵の中には、ヒヨコという生命体が生まれるため、ヒトに必要な栄養素がすべて備わっています。なかでも卵のたんぱく質は良質とされています。ヒトに必要な、おもな栄養成分と照らし合わせても、不足しているのはビタミンCと食物繊維だけ。卵が完全食とよばれるゆえんでしょう。野菜と組み合わせれば足りないビタミンCと食物繊維を補うことができ、言うことなしです。

卵黄に多い成分「レシチン」は脳に運ばれ、脳の神経伝達物質「アセチルコリン」の材料となつて脳の若さを保ち、脳の働きを高める作用をします。アセチルコリンは記憶力や学習能力、ひらめき、睡眠と関係しています。ですから、生涯現役のまま長生きするためには、卵が欠かせませんね。



◆サンコーのお菓子 全商品 5円引き! SALE

新品商品!

サンコー秋冬菓子再開!

3531 ミニどら焼き 6個 356円 → 5円引

国内産の小麦粉を主原料に焼き上げた皮で、北海道産小豆で作った餡をはさみ込みました。
原材料/砂糖(てん菜(国産))、小麦粉(小麦(国産))、鶏卵、小豆、水飴、植物油脂(米油)、米飴、膨張剤(重曹)



3556 とうもろこしあられ 30g 270円 → 5円引

佐賀県産ヒヨクモチを100%使用し、もち米の美味しさを引き立たせるため、北海道産のスーパースイーツコーン等、厳選した素材を使い風味豊かに仕上げました。
※生地にはペーストが練り込まれています。
原材料/もち米(佐賀県産)、とうもろこし粉末(とうもろこし(北海道産))、とうもろこしペースト(とうもろこし(北海道産))、植物油脂(ひまわり油)、食塩



3519 黒棒 8本 335円 → 5円引

国産小麦の小麦粉主原料の生地を香ばしく焼き上げ、風味豊かな黒砂糖蜜をからめて仕上げました。表面はさっくり、中はふんわりとした食感の黒棒です。
原材料/黒糖(さとうきび(沖縄県産))、小麦粉(小麦(国産))、水飴(甘藷(国産))、鶏卵(国産)、膨張剤(重曹、重碳酸アンモニウム)



3557 ミルクスティック 100g 292円 → 5円引



国産小麦由来の小麦粉が主原料の生地を水を使わず牛乳だけで練り上げたまるやかな甘さのスティックタイプのビスケットです。
原材料/小麦粉(小麦(国産))、砂糖(三温糖)、牛乳(生乳(国産))、植物油脂(パーム油)、ショートニング、バター(生乳(国産))、加糖脱脂れん乳、小麦胚芽、全粉乳(乳成分を含む)、食塩/膨張剤(重碳酸アンモニウム、重曹)

◆特注品 山のハム工房「ゴーバル」 全商品 10円引き! SALE

NEW

1385 ロングソフトサラミ 100g前後 629円 → 10円引



バイクドポテトのロングサラミのせ

【材料】 ロングサラミ ジャがいも バター パセリ



ロングサラミは斜め薄切りにしたあと、千切りにしておきます。
ジャがいもはよく洗って芽をとり、アルミ箔に包んで、250℃のオーブンで30分ほど焼きます。時間を短縮したい時は、先にラップに包んで電子レンジで加熱すると良いでしょう。
竹串をさして、ジャがいもがやわらかくなったら、アルミ箔の上だけあけて、十字に切り込みをいれます。そこにバターをおとし、パセリとサラミをのせてオーブンに入れ、サラミが温まったら出来上がりです。
※バター以外にも、クリームチーズやサワークリーム、溶けるタイプのチーズもよくあいます。

骨付きハムのブラウンシチュー

【材料】 骨付きハム ジャがいも にんじん 玉ねぎ 赤ワイン
デミグラスソースやブラウンシチュールー等

- 1.大きめの鍋に、表面の胡椒を軽く落とした骨付きハムと、ローリエ、水を入れ火にかけます。(ハムはある程度食べたあとでもOK)野菜を入れる前にある程度煮込んで下さい。(圧力鍋なら10分程)
- 2.ジャがいも、にんじんは皮をむいて一口大に切りましょう。玉ネギは薄切りにします。
- 3.フライパンにバターを熱して玉ネギを飴色になるまで炒めたら、骨付きハムの鍋に入れます。ジャがいも、にんじんも鍋に入れ、じっくり煮込みましょう。赤ワインを少々加えると、より美味しくなります。野菜が煮えたら、デミグラスソースや、ブラウンシチュールーを入れて味を調べて完成です。

今週の特注品

..10/18..21日け..

☆ライブコットン「エコお掃除カタログ」

人の体にやさしく安心で、環境にも負担をかけずにECOお掃除。お子さまやペットのいるご家庭には特におすすめです。

☆山のハム工房「ゴーバル」

ゴーバルの製品は化学調味料、保存料、発色剤などは一切使用せず、時間をかけてじっくり熟成させて自然の旨みを引き出します。10円引きセールでお届けします!

☆内田物産「卑弥呼醬院麴」

卑弥呼味噌の味の特徴は、なんといっても、麴の奥深さにあります。江戸時代後期、酒造所時代からひたすら繰り返されてきた「麴づくり」。たっぶりの時間をかけて、肌で、体で育てる伝統的な製法は、今でも受け継がれています。

今週のスポット品

◆松下かまぼこ店「地魚かまぼこ」再開セール!

(季節商品の為10~5月の取り扱い)



天草の新鮮なエソが原料。
天草の自然海塩で練り上げた数々の賞に輝く特製蒲鉾。ぷりぷりした食感でとてもおいしい!



賞味期限:10日 冷蔵

原材料:生エソ100%・天草の自然海塩

・赤酒・昆布エキス・エソだし・砂糖

1430 地魚かまぼこ(天領) 140g 748円 → 10円引