

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	2/7		2/14

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	2/10		2/17

※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。

「ひなまつり企画」

三月三日は桃の節句。小さな女の子のいるご家庭では、おひな様を飾って華やかな一日を過ごすことでしょう。そんなひな祭りに向けて、大人も子どもも楽しめる商品をご用意しました



西山さん(山都町)のひしもち、他

特別注文書(A4)でご注文ください(2/21.2/24配送)

西山さん(山都町)自家製の「ひしもち」「よもぎもち」「4色の祝いもち」をお届けします。原料のもち米は自家栽培の無農薬もち米を使われています。

3149 ひしもち(冷凍)
約100g×3色 760円(税込)

3150 よもぎもち(冷凍)
500g 1029円(税込)

3147 祝いもち(冷凍)
500g(4色) 1029円(税込)

白、緑、紫、オレンジのお餅が、1〜2個ずつ入っています

MUSO2023「おひな祭り特集」

毎年恒例のムソーさんのおひな祭り企画です。カラーチラシを配布しています。今年は冷凍商品も取り扱えるようになりました!

特別注文書(A4)でご注文ください(2/21.2/24配送)



今週は「お鍋」特集

まだまだ寒い日が続きます! 白菜やネギを使って暖かい鍋を囲みましょう!



島川さんの元気豚100%使用「粗挽ウインナー」

1305 ★粗挽ウインナー
200g 503円(税込) 5円引

1301 ★ローズハムスライス
100g 527円(税込) 5円引

1304 ★粗挽ウインナーセット
200g×2 984円(税込) 10円引

1308 ★ローズハムスライスセット
100g×2 1009円(税込) 10円引

「自然と寄り添う、やすきのお豆腐」

●国産大豆100% ●消泡剤不使用 ●海水にがり使用



厳選した国産大豆と長崎の海水にがりを使用

1418 木綿豆腐
400g 180円(税込) 5円引

1419 絹豆腐
350g 180円(税込) 5円引



熊本県産大豆、天草海水にがりを使用(日持ちします)

1414 ひのくに地豆腐 木綿
140g×2 168円(税込) 5円引

1415 ひのくに地豆腐 絹
140g×2 168円(税込) 5円引

「神山鶏」・非遺伝子組換え ・抗生物質不使用



1715 神山鶏 モモ
270g 669円(税込) 10円引

1716 神山鶏 ムネ
210g 391円(税込) 5円引

1727 神山鶏骨付きモモぶつ切り
300g 711円(税込) 10円引

1723 神山鶏 ミンチ
200g 524円(税込) 5円引

「北村きのこ園」



培地には約2年堆積し不純物を取り除いた国産杉のおが屑と、ふすま、米糠だけを使用しています。農薬なども使用せず、とても希少価値のある方法で生産されています

3190 エリンギ
100g 135円(税込) 5円引

3191 エノキ
100g 113円(税込) 5円引



❁ 12月末より1月中旬まで暖かい晴天が続きましたので、1/5～1/12人参の収穫をし貯蔵しました。土が乾いていると人参に土がほとんど付きませんので、そのまま組合員さんに届けることができます。土が湿っている時に掘ると水で洗ったり、タオルで拭いたりして届けなければいけません。そうするとどうしても上皮を痛めます。今期は良い状態で届ける事ができると思います。

..1/24 大津町・古庄廣美..

❁ まだ本格的に冬の寒さというよりも日中は日射しがあると暖かい日が多い気がします。昨年から冬の間は竹林整備の手伝いに行っているのですが、作業しているうちに汗をかいて薄着になって竹を燃やす火を眺めながら、冬場にしか味わえない作業を楽しんでいます。とはいえ木よりも軽くはありますが、思わぬ方向に竹が倒れてきたりして危険が伴う仕事でもあって、どんなことでも楽しいこと大変なこと両面ありますね。最近陰陽五行を習っているので、何でもバランスがとれるようになってるんだな～と納得することばかりです。

..1/20 旭志・新川幸宏..

❁ 今朝は久しぶりに本田一幸が仕分け当番です。久しぶりなので「明けましておめでとう」の挨拶から始まりです。今ネーブルの収穫の最中でやがてお届け出来そうです。年々良くなっています。

..1/24 網田町・本田一幸..

❁ 雨が良く降り出しましたね。この時期はなかなか畑が乾かないので、トラクターが入られないので、もう少し晴れてほしいものです。さて、今日から数十年に一度の寒波と言われていますが、どうなることやら…。とりあえずトンネルをかけたりにしてみました。野菜が心配ですね。コロナより怖いぞ(笑)。水道管も今日の夜からチョロチョロ出して、できる事をやるだけですね。被害がない事を祈るのみ！寒いけど体調管理に気をつけてすごしましょう！

..1/24 大津町・山本瑞樹..

生産者だより(1/21 ラインメッセージより)



これから何回か寒さが来ると思いますの、ほうれん草、小松菜、カブ、レタス、キャベツ、大根等にパオパオ(防霜資材)を張りました。くれぐれも寒さに痛まないように願っています。

古庄廣美



配送者だより



◇ みなさんこんにちは！
今日は配送が無事にできるようでした！
でも今日の最高気温は0時あたりで既に出ていて、それから一日ずつと下がり続けるというなんとも珍しい気温変化です。そして14時頃に氷点下になります。みなさんのお家の外の水道は養生されたでしょうか？私は心配だったので、凍結しないようにビニル袋を三重にかけてみました。これから一週間、毎日最低気温がマイナスの予報ですので、なんとも気が重いですね。
今日も元気に「正直野菜」をお持ちします！

..1/24 A3・A4・B2 福岡恵士..

◇ こんにちは。配送担当の村上です。
毎日寒い日が続いていますがいかがお過ごしでしょうか。特に今週はこの冬一番の寒気が流れ込むようで、雪もそうですが凍結による事故にもお気をつけて過ごしてください。また、会の方でもきちんと配送が出来るか不安な面もあり、特に卵に関しては、最悪先日のように数が不足する事態となるかもしれないと聞いております。ご了承ください。

..1/24 A1・B1コース 村上 卓..

大平汁

「おびら」と読みます。これは、信州も中信地方、木曾の郷土料理です。具材は、珍しいものはなく、冬の根菜が主ですが、切り方がすべて8ミリ角という細かさです。具材の味がすべてうまくからまり、この上ないおいしさです。冠婚葬祭に必ず出されます。何度も温め直し、日間ほど食べます。お正月にはおもちも入れます。どうぞ、作ってみてください。



材料(4人分)

干しシイタケ…… 4枚
大根…………… 10cm
ニンジン………… 100g
サトイモ………… 150g
ゴボウ………… 100g
鶏もも肉………… 100g
水、干しシイタケ戻し汁…………… 800ml
煮干し………… 16g
塩…………… 小さじ1
薄口しょうゆ…… 大さじ1

作り方

- ① 干しシイタケは一晩、水で戻す。
- ② 大根、ニンジンは8mm角に切る。
- ③ サトイモは皮を洗い、二つに切って皮ごと硬めに蒸して皮をむく。
- ④ サトイモとゴボウ、鶏肉も8mm角に切る。
- ⑤ 干しシイタケも同様に切る。

⑥ 鍋に水、煮干しを入れ、具材も加えて煮る。すべての具材が軟らかくなったら、塩、薄口しょうゆを加え、味を調える。

野菜・果物だより



ヤーコンをお届けします

サクサクとした歯ごたえはレンコンのような食感で、動脈硬化や高血圧に効果があるといわれるポリフェノールや、整腸作用のあるフラクトオリゴ糖などの有効成分をたっぷりと含んでおり、ヘルシーな食品として注目されています。

「ヤーコンサラダ」

「材料」(4人分) ヤーコン・200g しょうゆ・大さじ1
削り節・5g 刻み海苔・5g

- ① ヤーコンは皮をむき千切りしてから、水にさらしてアクをぬく。
- ② さっと茹でる。(生食でも大丈夫)
- ③ 削り節、海苔などをふり、しょう油をかけて和風味で！
米レタスなどと盛り合わせて、ドレッシングで食べても美味しい。

「ヤーコンとリンケッツのマヨネーズ炒め」

組合員さんから教えていただきました

- ① ヤーコンは皮をむき千切りする。
 - ② 熱したフライパンに大さじ1のマヨネーズを入れ、ヤーコンを入れてしばらく炒める。
 - ③ しんなりした頃に、リンケッツを縦6等分に切った物を入れ、炒めながら粗挽き塩胡椒、春夏秋冬だしの素を適量入れて、味を整える。
- ★ 好みでマヨネーズを足してもいいみたいです。
★ かつお節をもんで細かくしたものをふりかけても、なお美味しい。

「ヤーコンの小判焼き」

「材料」 ヤーコン 小麦粉 だんごの粉 塩 ※量は適量、それぞれお好みでどうぞ

- ① ヤーコンは皮をむいてすりおろす。
- ② 粉に塩をひとつまみ入れて混ぜ合わせる。
- ③ ①と②を混ぜ、好みのかたさになるまで水を加える。
- ④ フライパンに油をひいて、③をスプーンですくい落とし両面を焼く。

組合員さんから教えていただきました

ほんのりヤーコンの甘味があるので、我が家では子供が初めてヤーコンを喜んで食べました。そのままでも充分食べられますが、お好みで薬味やたれをつけてもいいと思います。

第39期 第4回 取扱商品検討委員会だより

2023年1月11日(水)10:00～ 益城事務所

1 検討事項

(1) 第39期のつどいについて

- ・渡辺さん、2月に最終決定。・会場片付けは自分たちで。アルコール等の準備(寄付がある)・作付け表、事前に確認し、六嘉さんへ。
- ・進行は生産者会から・2/8に最終確認。

(2) 本田果樹園について

- ・甘夏、はっさきは端境期なので、ケースに入れる。・ケースの価格が上限を超える可能性があることを集いで報告する。
- ・今後の果樹の扱いを生産者会で話し合ってもらおう。

2 報告事項

(1) 生産地情報(生産者より)

- 古庄さん⇒寒さが穏やかだったので、葉物も痛まずに出せている。根物を出荷予定。
- 山本さん⇒苗づくりと土づくり
- 佐藤さん⇒ゴボウ、人参があと少し、他はそろそろ終わり。栗の剪定や山の手入れをする
- 島川さん⇒田んぼに1時堆肥置きを作った。春が待ち遠しいです。

(2) 今週のケース野菜

去年よりケースが減っているので、原因と対策を。理事会や生産者会でも話題にする。

3 その他

- (1)業者訪問 今年、共同ミートに行く予定。

～行事予定～

- ・我が家の味噌づくり : 2月4日(土)10:00～15:00 ・ 2月11(土)10:00～15:00 高山農園
- ・白菜キムチづくり : 2月15日(水)10:00～14:00 高山農園加工場
- ・組合員のつどい : 2月25日(土) パレア9階会議室 9:30～11:50
- ・春の阿蘇高菜織りまつり : 3月25日(土) 島川農園



今週のスポット品

税抜き金額より値引きします

あったか～ 鍋特集！

3190	エリンギ	100g	135円	→ 5円引
3191	えのき	100g	113円	→ 5円引
1414	ひのくに地豆腐 木綿	140g×2	168円	→ 5円引
1415	ひのくに地豆腐 絹	140g×2	168円	→ 5円引
1418	木綿豆腐	400g	180円	→ 5円引
1419	絹豆腐	350g	180円	→ 5円引
1410	豆乳	500ml	335円	→ 5円引
1305	★粗挽ウィンナー	110g	503円	→ 5円引
1304	★粗挽ウィンナーセット	110g×2	984円	→ 10円引
1301	★ロースハムスライス	100g	527円	→ 5円引
1308	★ロースハムスライスセット	100g×2	1009円	→ 10円引
1715	神山鶏 もも	270g	669円	→ 10円引
1716	神山鶏 むね	210g	391円	→ 5円引

1723	神山鶏 ミンチ	200g	524円	→ 5円引
1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り	300g	711円	→ 10円引
3258	ゆずぼん酢	300ml	473円	→ 5円引
3272	胡麻ドレッシング	390ml	932円	→ 10円引
3127	有機生いも糸こんにゃく	250g	268円	→ 5円引
3194	有機生芋しらたき	200g	238円	→ 5円引
3362	くず切り	100g	378円	→ 5円引
3365	国産はるさめ	100g	292円	→ 5円引
3600	とり塩鍋スープ	600g	324円	→ 5円引
3601	みそちゃんこ鍋スープ	600g	324円	→ 5円引
3603	キムチ鍋スープ	600g	324円	→ 5円引
3604	寄せ鍋スープ	600g	324円	→ 5円引
3602	ごま豆乳鍋スープ	600g	324円	→ 5円引

内田安喜商店 HPより抜粋

知ってほしい、造り手の想い

戦後、炭鉱勤をしていた創業者の内田安喜が地元・熊本で開いた個人商店、それが内田安喜商店の始まり。
大量生産大量消費の時代に逆行して国産大豆に限定した豆腐を作るという道を選んだのは、職人気質な人間性と「ものづくり」への探究心が背景にありました。

外国から輸入するより100%国産の大豆
化学薬品工場で作られたものより天然にがり
遠くから仕入れる水より地元・阿蘇の伏流水
消泡剤や膨張剤などは絶対に使わない



コストと作業効率は上がらなくても、余計なものは豆腐に入れない。自然食を愛する方々に支えられ、原料への徹底したこだわりと体にいいものを届けたいという想いは、今日まで働く人たちに受け継がれています。

今週の特注品

..2/21..24届け..

☆野菜の苗(生産者 山本さん・本田さん)

網田町の本田さんと大津町の山本さんが無農薬無化学肥料で育てた苗です。家庭菜園をお楽しみください。

☆ムソーの「おひな祭り」

あられやひしもち、お赤飯などおひなまつり定番のものから、色や形のあいらしさ、おいしさはもちろん素材と製法と産地にこだわった品々。

☆本コミ「ハブラシ・電気を使わない加湿器」

ホタテ由来アパタイト高配合のナチュラルホワイトニング歯磨き粉リブロンネクスト。電気を使わないエコな加湿器ミスティガーデン他。

☆オーサワジャパン

月1回

オーサワの品質基準…無農薬有機栽培優先、食品添加物不使用、特に遺伝子組み換え作物は全商品について一切使用を認めていません。

☆創健社「お菓子・黒にんにく・ジロロモーニ」

月1回

創健社は「不自然なものをつかわない」「やさしい原料をつかう」「いい商品をひろめる」を心がけて商品づくりに取り組んでいます。

今週のスポット品

ひなまつりセール！



◆特注品「ムソーのおひな祭り」より

5662	⑲桜餅(冷凍)	200g	681円	→ 10円引
5663	⑳さくらだんご(冷凍)	180g	551円	→ 10円引

◆特注品「オーサワジャパン」より

5038	オーサワの有機玄米甘酒	200g	378円	→ 5円引
5337	具だくさんちらし寿司の素	150g	463円	→ 5円引
5088	つぶあん	350g	486円	→ 5円引
5089	こしあん	350g	486円	→ 5円引

オーサワ「具だくさんちらし寿司の素」



ひじき入りで具だくさん 手軽につくれておいしい
砂糖・動物性原料・添加物不使用
■炊きたてご飯に混ぜるだけで簡単
■国内産人参・竹の子・無漂白かんぴょう・椎茸・ひじき、無添加油揚げ入り
■天然醸造調味料使用
■酸味と甘味のバランスが良く、ひじきの香りとかんぴょうの歯ごたえがきている

原材料／米酢(国内産)、特別栽培人参(国内産)、ひじき・たけのこ(国内産)、有機ブルーアガベシロップ(メキシコ産)、米飴、かんぴょう・椎茸・油揚げ(国内産)、淡口醤油、メープルシュガー(カナダ産)、醗酵調味料、食塩(海の精)、酵母エキス、昆布粉末(国内産)

商品についてのお知らせ

◆「サンサンオーガニックピール」

3月をめどに在庫なくなり次第終了

(原料価格高騰により収益性に課題を抱え、生産継続困難の為販売終了)