

# 冷蔵品カタログ

## 海産物

そのまま食べるほか、酢の物や豆腐、麺類のトッピングなどに

国産いわし類使用  
獲れたての稚魚をすぐに釜あげ  
ふっくら柔らかな食感



7912

国産釜揚げしらす(木村海産)

40g(20g×2) ¥232円(税込) 入数:10

原:いわし類(国産)、食塩  
賞:冷蔵で30日

低温加熱殺菌をすることで  
鮮度を長く保っている

国産いわし  
100%使用



売れてます

7890

国産釜あげしらす(朝日共販)

50g(25g×2) ¥367円(税込) 入数:24

原:いわし稚魚(国産)、食塩  
賞:冷蔵で30日

## 加工食品

リン酸塩・着色料・保存料不使用  
北海道産スケトウダラ・国産魚肉の  
すり身使用



7739 おさかなソーセージ

90g(45g×2本) ¥302円(税込) 入数:40

原:魚肉[タラ(北海道)、エンタイ・その他(国産)]、馬鈴薯でん粉、なたね油、てんさい糖、かつお節エキス、食塩、ごま油、こしょう  
賞:冷蔵で3ヶ月

国産ごぼう使用  
揚げごぼうの食感とまろやかな  
甘酢がクセになる味わい



7774 揚げごぼうの甘酢漬

80g ¥475(税込) 入数:50

原:ごぼう(国産)、なたね油、粗糖、片栗粉、醤油、麦芽水飴、りんご酢、食塩(天塩)、寒天、かつおだし、香辛料(一味唐辛子)  
賞:冷蔵で90日

国産大豆使用の豆腐でつくった油揚げ使用  
だしをきかせて甘さ控えめに味付け



売れてます

7732 味付いなりあげ

6枚 ¥397円(税込) 入数:1

原:大豆(国産)、粗糖、なたね油、醤油、醸造調味料、食塩(青い海)、かつお節(鹿児島)、昆布(北海道)、さば節(静岡県)/凝固剤[粗製海水塩化マグネシウム(にがり)]  
賞:冷蔵で3ヶ月

行末やお弁当に  
おすすめ♪

滋賀産大豆使用の生ゆば  
生ゆばを何層にも重ね、  
食べやすいサイズにカット



7849 本さしみゆば

180g ¥766(税込) 入数:30

原:大豆(滋賀県)  
賞:冷蔵で2ヶ月

プレーンとよもぎの  
2種類入り



7734 京なま麩(プレーン・よもぎ)

100g(50g×2個) ¥561(税込) 入数:30

原:プレーン(グルテン(北海道)、もち粉(国産)/よもぎ(グルテン(北海道)、もち粉(国産)、よもぎ(宮城県))  
賞:冷蔵で30日

滋賀産大豆使用の生ゆば  
とろけるような食感と大豆の自然な甘み



売れてます

7730 とろゆば

180g ¥702(税込) 入数:30

原:大豆(滋賀県)  
賞:冷蔵で2ヶ月

**オーサワの  
ヴィーガンキムチ**

**新発売**

植物性素材でつくったキムチ



오사와  
비건 김치

- 国産白菜100%使用
- 動物性原料不使用

動物性原料不使用のキムチが新発売!  
甘味料には麦芽水飴とてんさい含蜜糖を使用しています。  
そのまま食べるほか、キムチチャーハンや炒め物、  
麺類にもぜひお試しください!



OHSAWA

※乳酸発酵が進むと糖分を  
乳酸菌がエサとして消化するため、  
時間経過とともに甘みが減って酸味が出てきます。

7819 オーサワのヴィーガンキムチ

250g ¥496(税込) 入数:6

原:白菜(長野県・九州)、漬け原材料[麦芽水飴、てんさい含蜜糖、食塩(天日塩)、唐辛子(韓国)、おろしにんにく[にんにく(国産)]、馬鈴薯でん粉、純米酢、パプリカ粉末(スペイン)、玉ねぎ(アメリカ)]  
賞:冷蔵で30日

## 植物性乳酸菌を取り入れよう!

### 代替乳

砂糖・乳製品不使用 国産米使用  
米を麹と植物性乳酸菌で発酵させた植物性飲料  
ヨーグルト風味のすっきりとした  
甘みと酸味

7791 売れてます

ANP71-お米の発酵飲料

150g ¥324(税込) 入数:12

原:米・米麹(国産)  
賞:冷蔵で1年

お米でつくった  
植物性乳酸菌ドリンク  
すっきりとした酸味と  
ほのかな甘み

乳酸菌  
1,500億個/本



砂糖不使用  
甘酒を植物性乳酸菌で発酵させた植物性飲料  
ヨーグルト風味のすっきりとした酸味と  
ブルーベリーの風味

7796

ANP71-シナジー ブルーベリー

150g ¥216(税込) 入数:15

原:米・米麹(国産)、ブルーベリー果汁(カナダ・アメリカ)  
賞:冷蔵で1年

お米でつくった  
植物性乳酸菌ドリンク  
しょぼしょぼ、ぼやぼやが  
気になる方に

乳酸菌1,000億個/本  
アントシアニン  
65mg/本





種類

植物性素材でつくったオーサワのベジ生ラーメンとやきそば

北海道産小麦粉・天然かんすい使用  
砂糖・動物性原料不使用



※調理例

本醸造白たまりを使った  
香り高く旨みのある塩味

OHSAWA 売れています

7705 しお

284g(うち麺110g×2) ¥561(税込) 入数:10

原:めん[小麦粉(北海道)、焼酎、食塩(シママース)、小麦グルテン、かんすい]、スープ[小麦醸造調味料(足助仕込三河しるたまり)、醸造調味料、食塩(シママース)、香辛料(玉ねぎ、にんにく、ねぎ(エキス)、生姜、こしょう)、胡麻油、メープルシュガー、酵母エキス、馬鈴薯でん粉]  
賞:冷蔵で30日



本醸造醤油の香り引き立つ

OHSAWA 売れています

7701 しょうゆ

284g(うち麺110g×2) ¥550(税込) 入数:10

原:めん[小麦粉(北海道)、焼酎、食塩(シママース)、小麦グルテン(かんすい)]、スープ[醤油、醸造調味料、香辛料(玉ねぎ、にんにく、ねぎ、こしょう)、胡麻油、食塩(シママース)、メープルシュガー、酵母エキス、馬鈴薯でん粉、昆布粉末]  
賞:冷蔵で30日



天然醸造味噌の  
深みのある味わい

OHSAWA 売れています

7702 みそ

296g(うち麺110g×2) ¥561(税込) 入数:10

原:めん[小麦粉(北海道)、焼酎、食塩(シママース)、小麦グルテン、かんすい]、スープ[味噌、醤油、醸造調味料、メープルシュガー、香辛料(にんにく、生姜、こしょう、唐辛子)、胡麻油、食塩(シママース)、酵母エキス、昆布粉末]  
賞:冷蔵で30日



ごまの旨みと深いコク、  
マイルドな辛み

OHSAWA 売れています

7706 担担麺

324g(うち麺110g×2) ¥696(税込) 入数:10

原:めん[小麦粉(北海道)、焼酎、食塩(シママース)、小麦グルテン、かんすい]、スープ[胡麻、食塩(天塩)、本みりん、食用植物油(胡麻油、パプリカ)、清酒、醤油、味噌、メープルシュガー、酵母エキス、香辛料(にんにく、生姜、唐辛子、こしょう)、馬鈴薯でん粉]  
賞:冷蔵で30日



天然醸造味噌と  
ごまの風味とコクがたっぷり

OHSAWA 売れています

7703 ごまみそ

298g(うち麺110g×2) ¥561(税込) 入数:10

原:めん[小麦粉(北海道)、焼酎、食塩(シママース)、小麦グルテン、かんすい]、スープ[胡麻(南米・アフリカ他)、醤油、食塩(シママース)、醸造調味料、胡麻油、香辛料(玉ねぎ、にんにく、ねぎ(エキス)、唐辛子)、酵母エキス、味噌、メープルシュガー、馬鈴薯でん粉、昆布粉末]  
賞:冷蔵で30日



植物性素材でつくったオーサワのベジ冷し中華

ごまをふんだんに使った  
風味豊かなたれ

4月~8月限定品

OHSAWA 売れています

7704 ごまだれ 生麺

320g(うち麺110g×2) ¥626(税込) 入数:10

原:めん[小麦粉(北海道)、焼酎、食塩(シママース)、小麦グルテン(かんすい)]、スープ[醤油、胡麻(練り胡麻・すり胡麻)、米酢、麦芽水飴、味噌、胡麻油、玉ねぎ(にんにく)、生姜(国産)、香辛料、酵母エキス]  
賞:冷蔵で30日



酸味まろやか、  
上品な風味の醤油だれ

4月~8月限定品

OHSAWA 売れています

7707 しょうゆだれ 生麺

302g(うち麺110g×2) ¥550(税込) 入数:10

原:めん[小麦粉(北海道)、焼酎、食塩(シママース)、小麦グルテン、かんすい]、スープ[醤油、麦芽水飴、メープルシュガー、米酢、食塩(シママース)、胡麻油、昆布粉末、酵母エキス]  
賞:冷蔵で30日



北海道産小麦粉使用の  
こだわり蒸し麺

卵・若色料不使用



※調理例

無かんすい  
もちもちとした食感

OHSAWA 売れています

7700

オーサワのやきそば(蒸し麺)

150g ¥189(税込) 入数:20

原:小麦粉[小麦(北海道)]、小麦グルテン、醸造酢、食塩(海ほいのち)、なたね油  
賞:冷蔵で45日



加工食品

ひよこ豆をペースト状にしたディップ  
ガーリックとクミンのスパイシーな香り  
・動物性原料不使用 ・グルテンフリー  
・レモン果汁の爽やかな酸味  
・パンや野菜スティックにつけて

7940

ハムス KURAKON HUMMUS ORIGINAL

80g ¥321(税込) 入数:24

原:ひよこ豆(アメリカ)、植物油(パニ花油)、レモン果汁、ねり胡麻、たまり醤油、クミン粉末、醸造酢、黒砂糖、ローストガーリック粉末、黒こしょう粉末、食塩  
賞:冷蔵で30日



北海道十勝平野に咲くエゾヤマザクラの  
さくらんぼから生まれた酵母

イースト臭が少なく、  
素材の風味が生かれます。

7945 とかち野酵母(冷蔵)

100g ¥885(税込) 入数:30

原:酵母(北海道)  
賞:冷蔵で1年



調味料

国産有機大豆・米使用  
西京系白味噌

塩分濃度が低く  
自然な甘みと旨み

7715 有機白みそ

500g ¥718(税込) 入数:20

原:有機米(国産)、有機大豆(島根・青森県他)、食塩(天海の塩)、こうじ菌(京都府)  
賞:冷蔵で5ヶ月



佃煮

北海道産昆布、  
山形産しその実使用  
昆布の旨みと  
爽やかなしその風味

おにぎり、  
お茶漬けに

7771 しその実昆布・佃煮

100g ¥513(税込) 入数:80

原:醤油、昆布(北海道)、麦芽水飴、粗糖、紫蘇の実(国産)、醸造調味料、かつおだし  
賞:冷蔵で3ヶ月



北海道産昆布、  
国産ごま使用  
昆布の旨みと  
ごまの香ばしい風味

おにぎり、  
お茶漬けに

7772 ごま昆布・佃煮

100g ¥486(税込) 入数:80

原:醤油、昆布(北海道)、麦芽水飴、粗糖、胡麻(エジプト・エチオピア産)、醸造調味料、かつおだし  
賞:冷蔵で3ヶ月



海藻類

熊本県天草産天然わかめ  
磯の香り豊か

7752

天草産湯通し塩蔵わかめ

200g ¥518(税込) 入数:10

原:わかめ(熊本県天草)、食塩  
賞:冷蔵で150日



鳴門産わかめ  
歯ごたえよく、磯の香り豊か

7751

鳴門産生わかめ  
(湯通し塩蔵わかめ)

250g ¥702(税込) 入数:50

原:わかめ(鳴門)、食塩  
賞:冷蔵で3ヶ月



国産ひじき使用  
豊かな磯の風味と  
柔らかな食感

煮物、サラダ  
炒め物などに

7749 戻しひじき

100g ¥321(税込) 入数:40

原:ひじき(長崎・三重・愛媛県)  
賞:冷蔵で2ヶ月



# No.17 特別注文書-B

グループ名	組員番号	組員名	注文数
-------	------	-----	-----

## オーサワ 冷蔵品カタログ

提出日 火コース 4/18 金コース 4/21

配送日

火コース 5/2

金コース 5/6

季節商品のため、在庫終了の場合はお届けできないこともあります

商品No.		商 品 名	数	価格
<b>★麺類</b>				
5301	7701	オーサワのベジ生ラーメン(しょうゆ) 284 g		550
5302	7702	オーサワのベジ生ラーメン(みそ) 296 g		561
5303	7705	オーサワのベジ生ラーメン(しお) 284 g		561
5184	7706	オーサワのベジ生ラーメン(坦々麺) 324 g		696
5304	7703	オーサワのベジ生ラーメン(ごまみそ) 298 g		561
5174	7704	オーサワのベジ冷し中華・ごまだれ 生麺 320 g	再開	626
5173	7707	オーサワのベジ冷し中華・醤油だれ 生麺 302 g	再開	550
5305	7700	オーサワのやきそば(蒸し麺) 150 g		189
<b>★調味料 佃煮 海藻類 海産物 加工食品</b>				
5306	7715	有機白みそ 500 g		718
5307	7771	しその実昆布・佃煮 100 g		513
5308	7772	ごま昆布・佃煮 100 g		486
5339	7752	天草産湯通し塩わかめ 200 g		518
5310	7751	鳴門産 生わかめ(湯通し塩蔵ワカメ) 250 g		702
5311	7749	戻しひじき 100 g		321
5312	7912	国産釜揚げしらす(木村海産) 40 g(20 g × 2)		232
5313	7890	国産釜あげしらす 50 g(25 g × 2)		367
5314	7739	おさかなソーセージ 90 g(45 g × 2本)		302
5315	7774	揚げごぼうの甘酢漬 80 g		475
5316	7732	味付いなりあげ 6枚		397
5338	7733	北海道産小麦使用 ちくわぶ	休止	237
5317	7734	京なま麩(プレーン・よもぎ) 100 g		561
5318	7730	とろゆば 180 g		702
5319	7849	本さしみゆば 180 g		766
	7856	国産有機なめらか絹豆腐 240 g	取り扱いませ	220
	7853	水切り押し豆腐 220 g	取り扱いませ	372
5320	7857	有機酒粕 200 g	休止	712
5321	7864	お好み角てん 360 g	再開(4月~9月限定品)	170
5322	7791	ANP71・お米の発酵飲料 150 g		324
5323	7796	ANP71・シナジーブルーベリー 150 g		216
5324	7940	KURAKON HUMMUS ORIGINAL 80 g		321
5325	7945	とち野酵母(冷蔵) 100 g		885
5348	7819	オーサワのヴィーガンキムチ 250g		496
<b>★チョコレート</b>				
5326	9762	エキストラダークチョコレート 100%+カカオニブ 80g		626
5327	0816	エキストラダークチョコレート 99% 80g		626
5328	6379	エキストラダークチョコレート 92% 80g		626
5329	6086	ダークチョコレート 75% 80g		626
5330	6366	ダークチョコレートグランベリー 100g		626
5331	6367	ダークチョコレートオレンジ 100g		626
5332	0892	ダーデン有機チョコレートダーク 100% 70 g		864



カレーの壺で  
異国の味へ  
ひとつとび!



本格スパイスカレーが ご自宅で あっという間に 出来上がり。

辛党も大満足。  
パンチの効いた  
大人向けカレー  
におすすめ。



辛さ...★★★★

5707

カレーの壺  
スパイシー 220g

626円(税込)

原材料名:醸造酢、食塩、タマリンド、しょうが、  
たまねぎ、とうがらし、にんにく、米、コリアン  
ダー、乾燥ココナッツ、ココナッツオイル、その  
他香辛料 原産国:スリランカ

たっぷりの  
レモングラスと  
トマトが  
素材の旨みを  
引き立てます。



辛さ...★★★

5706

カレーの壺  
オリジナル 220g

626円(税込)

原材料名:トマトペースト、醸造酢、レモングラ  
ス、食塩、たまねぎ、米、にんにく、しょうが、ココ  
ナッツオイル、乾燥ココナッツ、ガランガル、その  
他香辛料 原産国:スリランカ

辛さを抑えた  
マイルドな  
スパイスの配合が  
素材の旨みを  
引き出します。



辛さ...★★☆

5705

カレーの壺  
マイルド 220g

626円(税込)

原材料名:醸造酢、食塩、コリアンダー、粗糖、  
米、にんにく、ターメリック、クミン、たまねぎ、タ  
マリンド、ココナッツオイル、乾燥ココナッツ、  
しょうが、その他香辛料 原産国:スリランカ

## ココナッツミルクの野菜カレー

材料(2人分)      しょうが 1/2片  
ズッキーニ 1本      カレーの壺ペースト 大さじ1.5  
たまねぎ 1個      ココナッツミルク 200ml (1缶)  
トマト 2個      油 適量  
にんにく 1/2片      塩 少々

1. 鍋に油を熱し、みじん切りのにんにく、しょうがを入れて炒める。
2. スライスしたズッキーニ、たまねぎを入れて、しんなりするまで炒める。
3. カレーの壺を入れ、スパイスの良い香りがしてくるまで炒める。
4. トマト、ココナッツミルクを入れて、具に火が通るまで煮て、  
塩で味を調える。

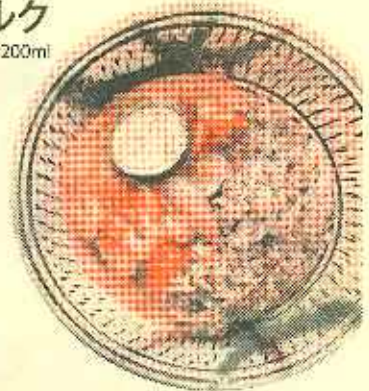


5703

ココナッツミルク  
200ml

302円(税込)

原材料名:ココナッツ / 安定  
剤(グアーガム) 原産国:  
スリランカ



カレーと一緒に使って もっとスリランカの味!

マンゴーやスパイスなどを煮込んだ  
甘辛調味料です

福神漬け代わりにカレーに添えて  
混ぜながら食べると

もっとカレーを楽しめます!

SALE



5708

チャツネ  
260g  
605円(税込)

通常価格626円(税込)

原材料名:粗糖、マンゴー、にんにく、醸造酢、食  
塩、マスタード、しょうが、とうがらし、増粘剤(バ  
クチン:オランダ由来) 原産国:スリランカ  
賞味期限 2024/11/31 以降



ホームページでは  
もっとたくさんの  
レシピを紹介中!



レシピ付き

5704

# スリカレー

特別価格 497円(税込)

通常価格 508円(税込)

内容量:34g(4~8皿分) 原材料名:コリアンダー、クミン、フェネグリーク、シナモン、とうがらし、カレーペースト、スクリューパーン、レモングラス、ターメリック、クローブ、カルダモン  
原産国:スリランカ



## スパイスからつくる 本気のカレー

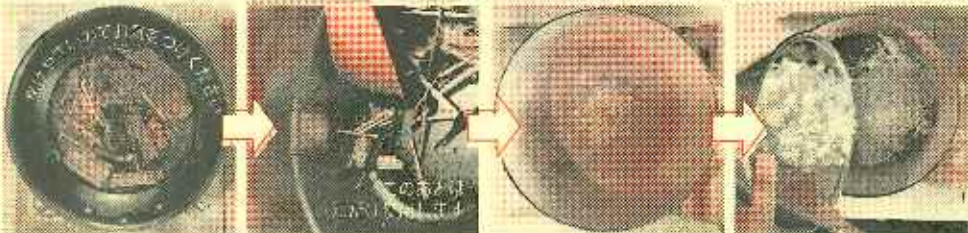
### 本格カレーペーストの作り方

- スリカレー 1袋
- たまねぎ 中4個
- トマト 大2個
- にんにく 1かけ
- しょうが 1かけ
- 油 80ml
- 塩 大さじ1



注:スリカレーのカルダモンには、注の中であめ色に!! または、フライパンへ入れる前に電子レンジを使用しても素早く火が通り、時短になります。

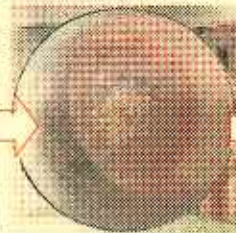
【時短ポイント】玉ねぎを予め切ったものを「冷凍」しておく、玉ねぎ内の水分が凍って膨張し、細胞壁を破壊します。この状態の「冷凍玉ねぎ」を炒めることで、すぐに水分が出てきて、飛ばしやすくなります。およそ10分で玉ねぎがあめ色に!! または、フライパンへ入れる前に電子レンジを使用しても素早く火が通り、時短になります。



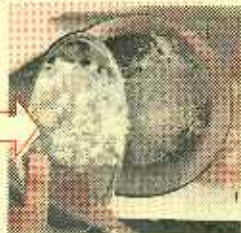
スパイス、ハーブ、油を弱火で熱して香りを出す



スパイス・ハーブを除き、油のみ別の鍋に移す



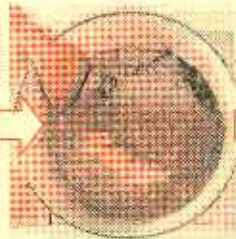
しょうが・にんにくを入れ、弱火で香りを出す



玉ねぎ投入、弱火であめ色にする



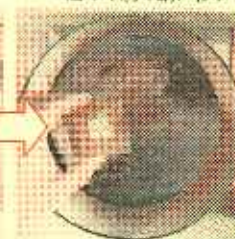
あめ色!!



塩・カレーパウダー・ターメリックを出して弱火で炒める



トマトを入れて強火で水分を飛ばす



ペースト状になったらお好みで唐辛子を入れる



ペースト完成!!

冷蔵で約10日間、保存できます。それ以上保存する場合は**冷凍!**



ペーストを試ってみましょう



好きな具材を炒めたらペーストをいれて馴染ませる



お好みで塩・唐辛子



完成!!



お召し上がり下さい

### 一緒にどうぞ! ピリッと爽やかな辛味が 素材の味をひきたてます

ペッパー

5701 黒ホール

5702 黒粗挽き

特別価格各 380円(税込)

通常価格各 389円(税込)

内容量:20g 原材料名:こしこし 原産国:スリランカ



153-0062  
東京都目黒区三田 2-7-102  
TEL:03-3791-2147 HP:https://www.p-alt.co.jp



🔍 第3世界ショップ





# 第3世界ショップの オートミール



after  
450g



オートミールが新しくリニューアル!  
家族でシェアしても大満足な大容量サイズ

しっかりとした歯ごたえとプチプチした食感が特徴のロールドオーツを使用しています。

5772

## オートミール

950円(税込)

内容量: 450g 原材料名: オーツ麦  
原産国: アメリカ

### オートミールの魅力

オートミールは電子レンジで簡単に調理できるのでお米を炊き忘れた日でもこれで大丈夫!

少量でも満足感があるのでダイエットや健康のために炭水化物を制限しているひとにおすすめ!

### おすすめレシピ



#### 1. 鮭バターしょうゆ

材料(2個分)

オートミール 60g・水 100ml・バター 5g・しょうゆ 小さじ2・鮭フレーク 20g  
白ごま 小さじ1

作り方

1. 耐熱容器にオートミール、水、バターを入れて、電子レンジ600Wで1分半加熱する。
2. 鮭フレーク、白ごま、しょうゆを加えて混ぜ合わせる。
3. ラップを広げて1/2量ずつのせて包み、形を整える。

#### 2. 枝豆と塩昆布

材料(2個分)

オートミール 60g・水 100ml・冷凍枝豆 20粒分・塩昆布 8g

作り方

1. 枝豆はパッケージの表示通りに解凍し、さやから出す。
2. 耐熱容器にオートミール、水を入れて、電子レンジ600Wで1分半加熱する。
3. 1と塩昆布を入れて混ぜ合わせる。
4. ラップを広げて1/2量ずつのせて包み、形を整える。

#### 3. 梅おかか

材料(2個分)

オートミール 60g・水 100ml・梅干し 2個・かつお節 5g・しょうゆ 小さじ2

作り方

1. 耐熱容器にオートミール、水を入れて、電子レンジ600Wで1分半加熱する。
2. 梅干しは種を取り除き、包丁でたたき、かつお節、しょうゆと混ぜる。
3. 1と2を混ぜ合わせる。
4. ラップを広げて1/2量ずつのせて包み、形を整える。

### オートミールおにぎり 3種

食物繊維たっぷりで糖質カットのヘルシーご飯!  
こっくりしたうま味で満足感のある「鮭バターしょうゆ」  
ゴロゴロ枝豆が特徴の「枝豆と塩昆布」  
食物繊維たっぷりで小ぶりのおにぎりでも満腹感のある「梅おかか」  
の3種類のレシピを紹介!



職人技と  
こだわり素材の

# 安心おやつ



第3世界ショップのお菓子はどれもシンプルな原材料で作っています。膨張剤や乳化剤に頼らず、安定した品質のお菓子をつくれるのはまさに職人の技。菓子職人の大原さんが、ほぼ手作業で丁寧に仕上げています。

メープルの上品な甘さ

5723

メープルアーモンド

40g

486円(税込)

通常価格497円(税込)

原材料名:ローストアーモンド(アーモンド(アメリカ))、メープルシロップ(カナダ)、食塩



ノンフライなのに軽い食感  
辛さは控えめです

5738

カシューナッツ

カレー味

60g

594円(税込)

原材料名:カシューナッツ(スリランカ)、小麦粉(小麦(国産))、ピート粉(てん菜(国産))、コーンスターチ(遺伝子組換えでない)、食塩、なたね油(遺伝子組換えでない)、ターメリックパウダー、カレー粉



まるやかなくるみに  
きな粉のやさしい甘さ

5848

きな粉くるみ

65g

497円(税込)

原材料名:くるみ(アメリカ)、粗糖(さとうきび(国産))、きな粉(大豆(国産)(遺伝子組換えでない))、砂糖(粗糖、精製)、食塩



まるやかなくるみに  
黒糖を絡めたコク深い甘さ

5758

黒糖くるみ

65g

486円(税込)

通常価格497円(税込)

原材料名:くるみ(アメリカ)、加工黒糖(粗糖、黒糖、精製)、砂糖(粗糖、精製)



## たっぷり！ 徳用シリーズ

5887

徳用ミックスナッツ

200g

1,490円(税込)

原材料名:くるみ(アメリカ)、アーモンド(アメリカ)、ピスタチオ(アメリカ)、カシューナッツ

5889

徳用くるみ

200g

1,490円(税込)

原材料名:くるみ 原産国:アメリカ

5888

徳用アーモンド

230g

1,598円(税込)

原材料名:アーモンド(アメリカ)



153-0062  
東京都目黒区三田 2-7-10-102  
TEL:03-3791-2147 HP:<http://www.p-alt.co.jp>

Instagram 始めました!

第3世界ショップ





# No.17 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

## 第三世界ショップ 調味料～飲み物・ナッツ他 (月1回)

配送日 **火コース 5/2**

**金コース 5/6**

提出日  
火コース 4/18  
金コース 4/21

	商品名	注文数	税込価格
	<b>カレーの壺シリーズ</b>		
5701	カレーの壺ペッパー (黒ホール)20g <b>8円引</b>		389
5702	カレーの壺ペッパー (黒粗挽き)20g <b>8円引</b>		389
5703	カレーの壺ココナツミルク200ml		302
5708	カレーの壺チャツネ 260g <b>20円引</b>		626
5704	カレーの壺スリカレー 34g約8皿分 <b>10円引</b>		508
5705	カレーの壺マイルド220g		626
5706	カレーの壺オリジナル220g		626
5707	カレーの壺スパイシー220g		626
5763	トルト・カレーの壺 特カレー 辛口 180g		497
5995	トルト・カレーの壺 キマカレー 辛口180g		497
5764	トルト・カレーの壺 ホクカレー 中辛 180g		497
5875	トルト・カレーの壺 ひよこ豆カレー 180g		497
5862	カフェインレスコーヒー粉 100g		994
5863	ドリップコーヒーデカフェ 12包セット		2,333
5864	コーヒーゼリー 12包セット		2,851
5860	(豆)パロ・ブランココーヒー 200g		972
5861	(粉)パロ・ブランココーヒー 200g		972
5885	サンタフェリサ・コーヒー(豆) 200g		972
5886	サンタフェリサ・コーヒー(粉) 200g		972
5870	カフェ・エル・ドラド(粉)150g		756
5714	簡単カフェパック 15g×6包		626
5711	シンガンパティ紅茶 100g		540
5710	アールグレイ紅茶 80g		756
5709	ダーズリンティー 80g		994
5746	ティ・ハック アールグレイ紅茶1.8g×14包		518
5726	ティ・ハック ダーズリンティー1.8g×10包	休止	518
5715	ココア 130g		648
5712	チャイパック 3g×12		475
5991	Stick ほうじ茶ラテ 65g (13g×5包)		648
5990	Stick 黒糖ココア 65g (13g×5包)		648
5993	ぼくらが作った煎茶 70g		918
5994	ぼくらが作った焙じ茶 100g		648
5767	林農園の烏龍茶 70g		950
5769	林農園の烏龍茶(ティ・ハック)1L用(5g×12包)		691
5768	林農園の烏龍茶(ティ・ハック)(1.5g×10包)		518
5877	ヒマヤ山麓ハチミツ 300g		1,944
5868	リックさんのメープルシュガー 125g		961
5873	シンガラジャの天日塩 150g		410
5874	シンガラジャの天日塩 1kg		1,188
5772	オートミール 450g <b>リニューア</b>		950
5798	メープルグラノーラ(マソコ-カシュー) 220g	販売終了	1,166
5869	メープルグラノーラ(オリジナル) 220g		1,166
5867	スドン村の黒くるみ 55g		497

	商品名	注文数	税込価格
5720	ドライマンゴー 65g		626
5757	ドライパイナップル 60g		561
5876	ブルーベリー 120g		691
5724	ドライクランベリー 70g		561
5727	レーズン 165g		496
5742	ドライフルーツナッツミックス90g		626
5844	ヨーグルトと食べるドライフルーツ 100g		691
5745	アーモンド 70g		691
5751	ピスタチオ 70g		691
5735	クルミ(生) 65g		691
5734	マカデミアナッツ 65g		691
5737	カシューナッツ 食塩不使用 70g		691
5872	ピーカンナッツ(ロースト) 65g		691
5736	よくばりナッツ 80g		691
5887	徳用ミックスナッツ 200g		1,490
5888	徳用アーモンド(食塩不使用)230g		1,598
5889	徳用クルミ(生) 200g		1,490
5848	きなこクルミ 65g		497
5758	黒糖クルミ 65g <b>10円引</b>		497
5723	メープルアーモンド 40g <b>10円引</b>		497
5738	カシューナッツ カレー味 60g		594
5722	アーモンドミックスちりめんのり塩 30g		518
5731	アーモンドミックス桜えびペペロンチーノ 30g		518
5732	グラノーラクランチメープル 40g		518

※値引き額は全て税抜き価格よりの値引き額となります。



# ★組合員の田代佳織さんからのお知らせです。

## 第3期『和の国 発酵アカデミー～私らしい醸しの道へ～第3期生募集！』

発酵食品は免疫力アップ！など、コロナ禍に家庭で、味噌・塩麴などを自分で作ることが注目されています。実は簡単で美味しい発酵食品。発酵の世界へ一緒に旅をしませんか？

『和の国 発酵アカデミー』では、筑紫野より永野懐（なつき）先生をお迎えするのはもちろん、なつき先生のマインドをベースに、熊本で発酵を楽しんでいる方々もお迎えして、発酵料理を楽しみます♪  
日本の国菌（日本を代表する菌）の麹菌を中心とした、おいしい、楽しい、美しい、発酵の世界へ♪  
目には見えない醸しの道を一緒に歩みましょう。



### 開催概要

日時：2023年4月29日（祝）～2023年7月15日（土）全4回

会場：D\_warehouse（熊本市東区长嶺南2-5-56）[https://alka.jp/d\\_warehouse.html](https://alka.jp/d_warehouse.html)

受講料：各回6600円（税込）

合計26400円（税込）（受講期間中のLINEグループで情報交換などを行います。）

・ご欠席の際は、材料をお預かりして、ご都合のよい時に取りに来ていただきます。

定員：10名（定員になり次第、受付終了）*残席わずかとなっております。*

主催団体：和の国 発酵アカデミー

持参品：筆記用具・エプロン・ハンドタオル

お申し込みはこちらのサイトからお願いします→

お問合せはメールでお願いします。[d\\_warehouse@alka.jp](mailto:d_warehouse@alka.jp)



### カリキュラム

日程	講座名
第1回 4月29日（祝）11:00～13:00	基本の塩麴とライブキッチン
※目の前のお野菜と対話して、発酵調味料で素材の旨みを引き出す調理法をご紹介します♪	
第2回 5月20日（土）13:00～15:30	旬のそら豆と玄米塩麴で作る旨みたっぷり豆板醤
第3回 6月11日（日）13:00～15:30	お神酒のもとになった発酵飲料ミキ
第4回 7月15日（土）13:00～15:30	自家製豆乳ヨーグルトとフルーツ水キムチ

*考える会のお野菜でもってください！*

*ケーススタディの参考に!!*

### 講師プロフィール

◆永野懐（なつき）第1回担当

1959年、福岡県嘉麻市（旧嘉穂郡稲築町）生まれ

幼い頃から母が漬けたぬか漬けを好んで食べて育つ。看護師資格を取得したのちに福岡県立大学にて保健婦の資格を取得し、福岡県の保健所に勤務。漬物製造業の三代目の夫と結婚し、本家の長男の嫁として4世代同居を体験

2012年（平成24年）札幌で白菜の浅漬けが原因のO-157食中毒で8名が死亡する事故が発生して以来、家庭で作った漬物こそ和食の原点であり、健康の源であることに気づき、昔ながらのぬか漬けや発酵食品など、日本の食文化の素晴らしさを後世に伝えることを使命としてぬか漬け教室、発酵食料理教室を開催。2021年里山古民家キッチンスタジオ「ふところ庵」を拠点に開催中。

◆単発受講も検討中可。

お問い合わせは、田代佳織（090-9797-5910）

までお願いします。