

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	5/21		5/28

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	5/24		5/31



©1994 株式会社 考える会 LINE

※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。

## 「オリジナルそうめん」がリニューアル！ こだわりの手延べ製法でつくっていただきました

休止中でしたそうめんが再開します。今回からは甲佐町の「肥後そう川さん」にお願いして、こだわりの手延べ製法でつくっていただきました。原料の小麦粉は久保さんのミナミノカオリ100%、塩は豊穰塩、油は坂本製油さんを使用。製法にも原料にもこだわって考える会オリジナル使用のそうめん仕上げに仕上がっていただいています。麺の色は少し黒め(小麦の性質上による)ですが、喉越しの良さとコシの強さが特徴で美味しくできていると思います。初回はセール価格でお届けしますので、この機会にぜひ食べてみてください。



職人さんが丸2日かけて熟成させながら丁寧に延ばした手延べそうめんです

**3386 ★手延べそうめん**  
180g 462円(税込)5円引

**3387 ★お徳用手延べそうめん**  
180g×5 2284円(税込)25円引

「原材料」  
小麦粉(久保産) 塩(豊穰塩)  
油(坂本製油) 打粉(澱粉)



### 「ふしめん」

手延べそうめんを竿にかけて干す時に折れ曲がる部分をふしめんと言います。そうめんを干した時に一番力のかかる部分の為、コシが強くもちり食感が美味しいです。みそ汁等の汁物に入れたり、サラダに入れたり、用途は様々です。職人さんもおすすめの商品です。

**3388 ★手延べふしめん 限定40個**  
180g 462円(税込)5円引 次回未定 お早めに

### 「肥後そう川/甲佐町」

甲佐町にある肥後そう川さんは手延べそうめんを作り続けて約30年、手間暇かかる手延べ製法にこだわって製麺業をされています。そうめん以外にもうどん、そば、らーめんなどいろんな種類の麺を手延べ製法で作られています。



←久保虎太さん  
(福岡県筑後市)  
裸麦(押し麦、みそ用)  
と、小麦2種を生産して  
いただいています。

## 元気豚在庫調整セール！4週目 「元気豚ミンチ」にご協力お願いします



**1014 元気豚ミンチ**  
200g 435円(税込)5円引

**1015 元気豚ミンチセット**  
200g×2 850円(税込)10円引

お得な5袋セット！

**1028 元気豚ミンチセット徳用**  
200g×5 2084円(税込)20円引

考える会では島川さんから豚を丸ごと一頭ずつ仕入れる一頭買いをしています。一頭買いの性質上、どうしても需要と供給のバランスが取れず、在庫が増えてしまう部位があります。現在は「豚ミンチ」の在庫が過剰になってしまい、それに対する緊急対策セールを企画しました。この機会に考える会自慢の美味しい「元気豚」を食べて、一緒に生産者を応援しましょう！

豚ミンチは定例注文書 (A3) でご注文ください

## 山のハム工房ゴーバル



山のハム工房ゴーバルは、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。ゴ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。

今週はハム類がお買い得！

**1375 布巻きロースハム**  
290g前後 2128円(税込)20円引

**1364 ロースハムスライス**  
78g 626円(税込)10円引

**1368 ポンレスハムスライス**  
80g 626円(税込)10円引

特別注文書(A4)でご注文ください



♣ 山都町の佐藤昭人です。  
今年の春は雨が多くこれからの天候がちょっと心配されます。  
少ない晴れ間を利用して畑に堆肥を散布しました。  
ごぼうの種まきの準備で畝の深耕、元肥施肥、再度深耕して畝立て、除草にも大変有効な養生マルチをして種まきに備えます。  
これから畔草刈りや畑作業が待っていますので、もっともっと晴れ間がほしいです。晴れ男、晴れ女の皆さん、よろしくお祈りします。

..5/8 山都町・佐藤昭人..

♣ 来週よりメッセージリレーの趣向が少し変わります。  
というのも、現在があるのは、かつての組合員さんの活躍があったこと、ということで、その方々にもメッセージを寄せてもらおうという話に40周年実行委員会の中でなったのです。  
お手紙を出し、現在返信がいくつか帰ってきているところですが、内容はおいおい明らかになっていくので、楽しみにして欲しいのですが、はっきり言えることは、一つ一つの出会いや、仲間との協力や、自分たちで考えた創意工夫の積み重ねの結果としての「今」なのだということ。先はわからない中でも、この会がずっと続いていくことを信じて、バトンをつないできた先達たちの歩みに、ただただ感謝するのみです。

..5/8 合志市・高山健也..

♣ 1ヶ月ぶりの配達よろしくお祈りします。山都町は苗代(米の種まき)も終わり、野菜の植付けや、夏の準備などでいよいよ本番な感じができています。1日1日全体を見通してチェックしないと忘れていた作業が出てきます。  
その中で新たに取り組みたい事を入れようとしているのですが、作業が後手に回るとまた今年もできなかった～となります。  
そうならない様に手際よく進めていきたいと、また今年も思ってます。

..5/8 山都町・佐藤真実..

## 生産者だより(5/9 ラインメッセージより)

古庄農園です。  
今年は米作りを休みますので、主食米と共に利用している大豆、小豆、胡麻やハブ茶の栽培に力を入れ取り組んでいます。  
写真は水前寺菜の隣に芽出し初めたハブ茶と胡麻を播く予定の圃場です、今はラッキョが育っています。



### ～行事予定～

- ・水前寺ブロック 夏野菜パーティー :5月22日(水) 10:00～ 本田さんの畑
- ・御領ブロック料理会 :5月25日(土) 10:00～ 託麻公民館

## 甘夏のマーマレード



甘夏の厚い皮を利用した香りのよい甘夏マーマレードです。甘夏は冬の間、木成りで自然熟成させ、順次収穫します。新鮮なものをおすすめします。無農薬の甘夏を使ってください。

### 材料

甘夏.....	1 kg(中3個位)	黄ザラメ.....	100g
白砂糖.....	400g	水あめ.....	150g

### 【作り方】

- ①甘夏の皮と実を分ける。わたの白い部分をつけた皮を8等分し、できるだけ薄く切る。
- ②袋から実を出しておく。
- ③切った皮をボウルに入れ、途中で水を替えながら、30分ほど水にさらす。白いわたの部分が、透き通った感じになったら、ざるに上げて水気を切る。
- ④鍋に皮と実、砂糖(半量)を入れ、ヒタヒタ弱の水を入れ、強火で

煮る。

- ⑤皮がしっとりとした感じに煮えたら、残りの砂糖、水あめを入れ、焦げ付かないように、静かにかき混ぜながら弱火で煮つめる。
- ⑥ヘラの先からポトリポトリと落ちるくらいのねっとり具合がよい。

●無農薬の甘夏は、有機栽培農家・青木みかん園(Tel.0543-66-2805)でも入手できる。

(青木綾子)

## 野菜・果物だより

### 「ズッキーニ」が始まりました！

ズッキーニは南瓜の仲間ですが、かぼちゃのように寝かせて美味しくなるタイプの野菜ではなく、新鮮な物のほうが美味しいです。低温に弱い野菜ですので、冷蔵保存はあまりオススメしません。できるだけお早目に調理されてください。



#### 料理方法

- 焼く・薄くスライスしてさっと炒めてバターやオリーブオイルと絡めるだけで美味しいです。歯触りが残る程度に、焼き過ぎないことがポイントです。
- 揚げる・油との相性があるので、フライや天ぷらなど揚げものにも向いています。
- 煮る・洋風の煮物にも使えます。また、みそ汁の具にしても美味しい。

### 「ズッキーニのソテー」

「材料」ズッキーニ、油、塩、醤油、ポン酢、ソース

- ① ズッキーニを1cmくらいの厚さに切る。
- ② フライパンを熱し油をひいて、ズッキーニを並べて両面を焼く。
- ③ 塩、醤油、ポン酢、ソースなど好みの味でいただく。  
※片面焼いた後、チーズをのせて焼くとより美味しい。

組合員さんより教えていただきました！

5~7mmくらいに輪切りにして、蒸してドレッシングをかけて食べる。とあるレストランで出たメニューです。



### 「スナックエンドウのサラダ」

「材料」・スナックエンドウ ・人参 ・玉ねぎ ・卵

- ① スナックエンドウはスジをとり塩茹でする。
- ② 人参は千切り、玉ねぎは薄くスライスする。
- ③ 卵はゆで卵にし、荒みじん切りにする。
- ④ ①と②を混ぜ合わせて器にまり、お好みのドレッシングをかける。  
※スナックエンドウは火が通りやすいので、刻んでチャーハンに入れたりしてもよい。茹でるときは固めに茹でた方がおいしい。

## 取り扱い検討委員会だより

2024.04.10

出席者 本田、高丸 佐藤、山本、甲元、他谷、中山よ、中山の

### 1 検討事項

- ① 養生園祭を振り返って
    - ・外部への広報活動として参加するという意味あいがある。
    - ・生産者だけではなく消費者の参加があったのが良かった。
  - ② 40周年イベントについて
    - ・組合員に対して「日程、場所等のお知らせ」を早目にする必要がある。
  - ③ カタログの見直しについて
    - ・専門の委員を作り有償で作業してもらうほうが良い。
  - ④ 新しいパン屋
    - ・モンクール ・ナチュラルベーカリールナ → 次回委員会時に訪問したい
  - ⑤ つどい記録の管理
    - ・録音したものをCDにコピーして貸し出す
- ☆ 試食
- ・ そう川 そうめん もちっとした感じで美味しい こしがある  
タピオカでんぶんの安全性は？ → 品質規格書、証明書あり。 → そう川さんにお問い合わせ
  - ・ よもぎあんもち(田上) (あんはオーサワの小豆使用) → このままでよい
  - ・ よもぎもちの規格変更 ← 丸もちから切り餅へ 真空パックへ 重量の変更  
委員会より ・量と金額について 再度検討する必要がある ・よもぎの量について 増やしてほしい

### 2 報告事項

#### 生産地情報

雨が多くなかなか作業ができない

### 3 その他

- ・ 来年のつどいについて  
料理を提供できる場所がよい
  - ・ 取り扱い検討委員会のメンバーを増やすとよいのでは？
- ☆ 来月の委員会
- 5月15日(水) パン屋の視察 「つどい」の会場について





### 今週のスポット品

税抜き金額より値引きします

## 冷たい麺特集！

3397	★焙煎玄米めん(太麺)	100g	324円	→ 5円引
3396	★白米めん	100g	324円	→ 5円引
1005	★元気豚モモしゃぶ用	250g	667円	→ 10円引
1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用	250g	707円	→ 10円引
1014	★元気豚ミンチ	200g	435円	→ 5円引
1015	★元気豚ミンチセット	200g×2	850円	→ 10円引
1028	★元気豚ミンチセット徳用	200g×5	2084円	→ 20円引
3264	「くろ」つゆ濃縮だし	150ml	619円	→ 10円引
3262	春夏秋冬うすいろだしの素	10	1253円	→ 15円引
3263	春夏秋冬だしの素	10	1253円	→ 15円引

3117	★昭人さんの干し椎茸	70g	764円	→ 10円引
3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)	70g	636円	→ 10円引
3277	有精卵マヨネーズ	300g	616円	→ 10円引
3272	胡麻ドレッシング	390ml	1058円	→ 10円引
3386	★手延べそうめん	180g	462円	→ 5円引
3387	★徳用手延べそうめん	180g×5	2284円	→ 25円引
3388	★手延べふしめん	180g	462円	→ 5円引
3366	ロングパスタ(スパゲッティ)	400g	486円	→ 5円引
3367	ショートパスタ(マカロニ)	300g	416円	→ 5円引

### ◆特注品 オーサワ冷蔵品より

5174	ベジ冷し中華・ごまだれ 生麺	320g	680円	→ 10円引
5173	ベジ冷し中華・醤油だれ 生麺	302g	615円	→ 10円引

### ◆特注品 ゴーバルより

1375	布巻きロースハム	290g前後	2128円	→ 20円引
1364	ロースハムスライス	78g	626円	→ 10円引
1368	ボンレスハムスライス	80g	626円	→ 10円引

### 今週のスポット品



## 藤本製茶セール！！

3701	紅茶	3g×10	540円	→ 10円引
3702	紅茶アールグレイ	3g×10	702円	→ 10円引
3703	岳間茶/蒸し茶	200g	1080円	→ 15円引
3704	岳間茶得用くき茶	300g	756円	→ 10円引

### 今週のスポット品

## ところてん再開



熊本県天草産のてん草だけを使用し、圧力釜で煮だした濃厚でのごしの良い食感です。スープは化学調味料を使用しない、無添加の自然な味です。

※黒酢入りスープ付きです！

2033	お徳用ところてん	500g	507円	→ 5円引
2034	ところてん	150g	274円	→ 5円引

### 今週の特注品

..6/4..7届け..

#### ☆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。ハムセールでお届けします！

#### ☆第三世界ショップ・地球食「カレー・紅茶・ナッツ類」

月1回

考える会はもの作りや買い物を通して、地球環境や子どもたちの未来のためにできることをするという意味で、第三世界ショップに賛同しています。

#### ☆オーサワジャパン「冷蔵品カタログ」

月1回

オーサワジャパンが厳選したおすすめ冷蔵品特集です。冷し中華セールでお届けします！

#### ☆harepan (はればん)

月1回 翌週届け

会の組合員さんと阿蘇郡西原村の小さな工房の一人ぱん屋さん。季節の酵母を使った美味しいぱんをお試ください。

#### ☆バナナ予約

有機JAS認定を取得してあるオーガニックバナナです。1ヶ月単位の予約注文となりますので、ご注意ください。

#### ☆たまご予約

会の卵は飼育環境や飼料を大切に、ご家族が安心して食べられる卵を届けています。予約注文よろしくお願ひします。

### 商品についてのお知らせ

#### ◆6月(次週・23号)から値上げ

3271	焼肉のたれ	350g	617円	→ 680円
3280	オイスターソース	140g	471円	→ 539円
3266	トマトケチャップ チューブ(大)	500g	562円	→ 626円
3267	トマトケチャップ 瓶(小)	400g	463円	→ 540円
3269	トマトピューレ	320g	356円	→ 399円
3320	マーマレード	200g	497円	→ 519円
3511	ひじきスティック	110g	324円	→ 367円
3512	野菜スティック	110g	324円	→ 367円
3557	ミルクスティック	100g	324円	→ 367円
3766	ジンジャーエール 3缶	250g×3	431円	→ 486円
3767	1箱ジンジャーエール 30缶	250g×30	4180円	→ 4698円
3768	ぶどうサイダー+レモン3缶	250g×3	431円	→ 486円
3769	1箱ぶどうサイダー+レモン30缶	250g×30	4180円	→ 4698円

★★開催予告★☆☆

令和6年5月吉日  
生活協同組合 熊本いのちと土を考える会  
40周年実行委員会

# 考える会 設立40周年

## 記念講演会

来たる9月14日土曜日に、  
我らが生活協同組合 熊本いのちと土を考える会の  
40周年の記念イベントを開催します！！

講師の『河田昌東先生』は、分子生物学と環境科学がご専門です。遺伝子操作や原子力など、食の安全を脅かすものの実態をわかりやすく説明してくださるだけでなく、40年の歴史をもとに新たな一步を踏み出す私たちが、今、何をすべきかについて、貴重な提言を与えてくださいます。

**2024年9月14日（土）**

今すぐカレンダーに予定を書き込んでくださいね！

講師: 河田昌東先生

分子生物学者

遺伝子組換え食品を考える中部の会代表  
NPO法人チェルノブイリ救援・中部理事  
OKシードプロジェクト代表

1940年 秋田県生まれ

名古屋大学理学部ご退職後は、四日市公害など国内外の公害調査や裁判支援、チェルノブイリや福島原発の被災地の調査や支援活動に携わられています。

「日本での遺伝子組み換えナタネ自生調査結果」や「ゲノム編集 技術の拙速な推進を憂慮する学者声明」なども発表されています。

熊本県立大学大ホールにて  
講演会

&

考える会の食材を使ったランチ  
を食べつつの交流会

・考える会 生産者 山本友希さん  
デザインの『40周年記念手ぬぐい』  
作成中！

・他にもまだ何かあるかも...

※参加費等の詳細は随時お伝えしていきます！

🔄 **ウラも見てね** ☆

◆ どうして河田昌東先生に講演を依頼することになったのか？  
そんな経緯と想いもお伝えしちゃいます！

ずばり、きっかけは生産者の高丸さんと高山さんがグリーンファームで関西へ営業に行った際の講演会で河田昌東先生と出会ったことです。その話に共感した実行委員も各自で YouTube 等で河田先生の動画を視聴し、是非お願いしたい！！となりました。

84歳とご高齢にもかかわらず、熊本まで足を運んでいただける、本当にとっても貴重な機会です。

まずは高丸さんの想いのこもった下の報告書をお読みいただき、9月14日当日の講演がより実り多いものとなるよう、これから各委員会や個人でもぜひ河田先生について事前学習を進めていただきたいと思います！

## 考える会 40 周年の記念講演会について

先日グリーンファームの出張で名古屋生活クラブの生産者交流会に高山さんに行ってきました。そこで2日間にわたって大学教授の農業技術、食品に関する講演が行われました。そんな中で二日目の最後に予定されていたトランス脂肪酸について話される予定の方が交通事故に遭われ急遽代理に話されたのが河田昌東先生でした。

今までの講師と違い静かな話しぶりで最初変なおじいさんが出てきたなと思っていました。1時間弱の話でしたがよく耳を澄まして聞いているとだんだんと話しに引き込まれていきました。その中で印象に残ったのはソクラテスの弁明の中からある知識人と議論する中、知らないということを知っているということが本当に知っている事なんだとソクラテスが言ったこと。この話から今の原発が最初100万年に1度も事故を起こすことはない完成された技術のようにもてはやされて建造されてきたこと。今年始めに大きな能登地震が起きたが当初あの土地に大規模な原子力発電所が建設される予定があったが反対運動で中止されたこと。これが建設されていたら日本は壊滅的な被害を受けたであろうという話。未熟な技術や知識がいかに完璧なものとして実用化されていくことがどれほど危険な事であるか。私たちはこの地球、自然を支配するのではなく自然の中の一員として生きていくことが大事であると話されていました。

河田先生は分子生物学者です。この観点で遺伝子組み換え遺伝子編集の話も聞けると思います。私は考える会が次の50周年を迎えるためにも、この40周年の記念講演者として河田先生を是非ともお呼びしたいと思いました。

文章でなかなか思いを表現できないのですが10年後、20年後の組合のためにも、40周年記念行事がうまくいくことを願っています。

# 考える会 掲示板

実名 イニシャル 台所ネーム ( I )

B品について。量(2kg)がもう少し少なければ、  
B品を購入するのにねえとおもいます。

大きいもの、ねえで便が悪い部分を見こして、この量だと  
おもうのですが...消費できるかしら...と心配で、

ついついA品を選んでしまいます。

## ※事務局より

基本的にB品はA品の価格の半額になっており、仕分けの混乱を避けるためと、価格を合わせる為に(B品がない時はA品をお届けするため)B品はA品の2倍にしてあります。

実名 イニシャル 台所ネーム ( K )

今年は梅が不作とのこと、我が家にも  
小さな梅の木がありますが、花の咲くのが早く  
刈り取って来るのが遅くて後粉でできなく、  
数個(かなり)減ってしまった。5/2の朝日新聞に  
温暖化で魚が北上してるとのこと、昆布の  
養殖も大幅減、気温上昇で自然のサイクルが  
変化してきているように感じます。生産者の方も  
ご苦労が増えるのではなかと心配しております。

## 想いを繋ぐ～メッセージ～

### 137. 元組合員 今村 舞

「熊本いのちと土を考える会」、40周年おめでとうございます。

もう10年以上前になりますが、有機フェスタだったと思います。考える会の方達が出店されており、豚汁を頂いたのが出会いでした。幼い息子もおりましたので、御船での「そだちば」という体験型ワークショップのチラシを拝見し、すぐに申し込みをしました。御船の小学校跡地で、自然体験や考える会の食材を使った昼食をご用意して頂き、その当時アレルギー持ちの息子を、どうにかして安心安全な食べ物で元気にさせてあげたいと、必死に孤独に子育てをしていた私にとって、心の中の石のような塊が溶けてほぐれていくような体験でした。それから考える会に入会し、生産者の方々とも、密な交流が始まりました。今では割と身近にオーガニック食品を目にするようになり、添加物への意識も高まっているように感じますが、あの頃私の周辺では、共感して下さる方が少なく、心ない言葉でとても傷ついて、苦しい子育てをしていました。考える会に入会してからは、同じ価値観を持った仲間と過ごせるひと時が、心も体も安心、幸せ、心から笑える時間であり、あんなにも心地よい集いは、後にも先にもありません。

福岡へ引っ越ししてからも、考える会のような仲間を作りたくて、色々参加しましたが、やはり「熊本いのちと土を考える会」は、熊本にしかありませんでした。しばらく喪失感がありましたが、今ではリセットされた人生も楽しめています。

とてもとてもご無沙汰しているのに、私にメッセージ依頼のお電話を下さった、有機フェスタの時も、私に豚汁と一緒に出会いのタネを渡して下さった高山さん、宝物のような思い出を振り返る機会を下さり、本当にありがとうございます。

「熊本いのちと土を考える会」は唯一無二の存在です。生産者の加藤さんの畑へおじゃました事、佐藤さんの畑で初めてごぼうの葉と畝の高さを見て驚いた事、自然と共に働ける幸せを話して下さった生産者の方々のキラキラした眼差しを忘れません。考える会のスタッフ、生産者の方々、会を通して出会った仲間の清らかさ、強さ、懐の深さ...私にとって考える会は「心の洗濯」の場所でした。震災も乗り越えられて、40周年を迎えられた「熊本いのちと土を考える会」。50年～60年～100年と、会の皆様の輪がつながっていきますよう、福岡からずっと応援しています。



2024年 22-①

配達日 火コース 5/28

金コース 5/31

注文書回収

火コース 5/21  
金コース 5/24

グループ名 組員番号 組員名 注文数合計

記入は赤など目立つ色でお願いします

★印は考える会生産者の農産物や、それを原料に作られたオリジナル商品です

Main product table with columns for product name, price, quantity, and category. Includes sections like '農産物ケース', 'お米', '野菜', '肉類', etc.

縦合計 ( ) 縦合計 ( ) 縦合計 ( ) 縦合計 ( ) 縦合計 ( )

Main product table with 6 columns: 農産加工品, カレー、シチュー, お茶、紅茶、コーヒーなど お茶, お米手土産用 ゆうきスター2023年米, 洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤, 日用雑貨. Includes various product listings with prices and discounts.

縦合計 ( )

縦合計 ( )

縦合計 ( )

縦合計 ( )

縦合計 ( )

縦合計 ( )

No.22

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

## 卵 6月予約注文書

提出日 火コース 5/21

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
4日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
11日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
18日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
25日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	

有精卵 3 k gは数が足りないときは普通卵3 k gをお届けすることがあります。ご了承下さい。  
 ※卵が不足した場合は予約・登録でご注文の方を優先してお届け致します。

No.22

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

## 卵 6月予約注文書

提出日 金コース 5/24

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
7日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
14日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
21日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
28日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	

有精卵 3 k g は数が足りないときは普通卵 3 k g をお届けすることがあります。ご了承下さい。  
 ※卵が不足した場合は予約・登録でご注文の方を優先してお届け致します。



## オーガニックバナナ 1ヶ月単位の予約注文



有機JAS認証を取得してあるオーガニックバナナです。  
産地はエクアドル産です。

仕入発注の関係で1ヶ月単位での予約注文というかたちになります、毎週のご注文の受け付けはありませんのでご注意ください。

### エクアドル産 スイートバレー



程よい酸味とさわやかな甘みがあり、もっちりした食感が特徴のバナナです。

バナナの熟度が進むと酸味はコクに変わり、コクのある美味しいバナナとなります。

バナナの輸入時に植物検疫で病害虫が見つかった場合は、燻蒸処理が行われますが、燻蒸の有無は表示義務がないので見た目では判断ができません。有機栽培したバナナでも燻蒸処理をされると有機バナナとしては流通ができなくなります。有機JASマークがついた有機バナナは燻蒸処理もされていない証です。

商品No	商品名	火曜コースの方		金曜コースの方	
		配送日	注文数	配送日	注文数
976	有機バナナ 500g(3~4本)481円(込)	6/4(水)		6/7(金)	
		6/11(火)		6/14(金)	
		6/18(火)		6/21(金)	
		6/25(火)		6/28(金)	

※入荷状況によっては予定していた産地のバナナがお届けできない事も予想されます。  
その時はもう一つの産地のバナナをお届けさせていただきますので、ご承知おきください。

## No.22 特別注文書-B

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

配送日

火コース **6/4**

金コース **6/7**

提出日

火コース 5/21  
金コース 5/24

# 山のハム工房ゴーバル

ゴーバルのこと `Living is sharing` ゴーバルが始まったのは1980年。アジアの草の根の人々と共に学び集う場所を作りたいと、石原と榎本と仲間数人で岐阜の山間に入り「アジア生活農場ゴーバル」という名前でスタートしました。”Living is sharing”(生きることは分かち合うこと)という理念のもと、牛や羊を飼い毛刈り体験をしたり、子ども達を集めて林間学校をしたりしていました。そんな中、生活の柱となるようにと食肉加工をはじめ、少しずつ形をかえながら「山のハム工房ゴーバル」という従業員30人ほどのハム工房へと変化して来ました。形は変わっても、創業当時の”Living is sharing”という理念はそのままに、田舎に暮らしながらハム作りを通して「分かち合い、共に生きるためのもの作り」を模索し続けています。

### ゴーバルの大切にしていること

#### ・作り方

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。

#### ・原料

原料には、非遺伝子組換飼料(Non GMO)で育てた豚、鶏を使用しています。肥育期の豚には抗生物質を使用していません

#### ・スモーク

ゴーバルでは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。薪割りも大切な仕事の一つです。

#### ・農作物

ソーセージに入る トマトは地元の農家さんからでる規格外のものを使っています。



冷蔵・冷凍			
No.	商 品 名	注文数	価格(税込)
1387	焼き豚	290g前後	1,836
1385	ロングソフトサラミ	140g前後	961
1380	ポークハンバーグ	115g	367
1375	布巻きロースハム	290g前後 <b>20円引</b>	2,128
1364	ロースハムスライス	78g <b>10円引</b>	626
1368	ボンレスハムスライス	80g <b>10円引</b>	626
1369	あっさり料理用ベーコン	230g	1,134
1370	骨付きハム	1本	1,512
1371	ヒレスモーク	190g	1,490
1372	バジルソーセージ	182g	810
1373	アップルマスタード(ビン入り)	100g	514
1374	アップルマスタード(袋入り)	100g	324
1399	金時生姜シロップ(大)	200ml	1,598
1398	金時生姜シロップ(小)	100ml	850

※値引きにつきましては税抜き価格より引かせていただきます

## No.22 特別注文書-B

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

翌週届け

配送

火コース 5/28

金コース 5/31

提出日

火コース 5/21  
金コース 5/24

# harepan (はれぱん)



会の組合員さんで、阿蘇郡西原村の小さな工房の一人ぱん屋さんです。

季節の酵母ぱん、旬の食材を使った身体が喜ぶぱん、シンプルな食事ぱんを日々楽しくを焼いています。

工程：レーズンから酵母を起こす(5~7日)⇒パンに入れる種をつくる(2日)

⇒生地づくり⇒低温長時間発酵(一晚)⇒焼成⇒できあがり



ハーフカットサイズ

### カンパーニュ

#### ■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・ライ麦粉(北海道)・沖縄の塩・てんさい糖(北海道)・自家製酵母(オーガニックレーズン)



### 黒糖ぱん

#### ■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・黒糖(沖縄産)・沖縄の塩・自家製酵母(オーガニックレーズン)



### ベーグル

#### ■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・てんさい糖(北海道)・沖縄の塩・ジャージー牛乳(熊本)・オーガニックはちみつ(カナダ)・自家製酵母(オーガニックレーズンOR季節の果物)

※当日にお召し上がりにならない時は冷凍保存をお願いします。自然解凍後、霧吹きで水分をかけて焼くと美味しいです。

No.	商品名	数	量目	価格(税込)
1576	カンパーニュ(ハーフカット)	20個限定	225g	501
1577	黒糖パン 小	15個限定	230g	515
1579	ベーグル	30個限定	90g	295

※量目はすべて焼く前の重さですので、実際はもう少し軽くなります。

※生産量に限界がありますので、数量限定での販売となります。

※商品のサイズ・価格は店頭での販売のものとは別になります。

Harepanさんは毎週金曜日のみ店頭での販売もされています。

白い壁に鮮やかな青色のドアがとても印象的なお店です。

今回注文を取らせて頂いたパン以外にもたくさんのパンがありますので、是非お店にも足を運んでみてください。

また、インスタグラムでその日のメニューの確認・注文も出来ますので一度ご覧いただき、フォローしてもらえればと思います。

ホームページ <https://www.harepan2416.com>

※住宅地につき、路上駐車は近隣のご迷惑になりますのでご遠慮下さい。



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) ¥594(550) 入数:10

原:めん[小麦粉(小麦(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、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

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) ¥604(560) 入数:10

原:めん[小麦粉(小麦(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、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



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) ¥788(730) 入数:10

原:めん[小麦粉(小麦(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) ¥615(570) 入数:10

原:めん[小麦粉(小麦(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、馬鈴薯でん粉、昆布粉末]  
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) ¥637(590) 入数:10

原:めん[小麦粉(小麦(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、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) ¥680(630) 入数:10

原:めん[小麦粉(小麦(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) ¥615(570) 入数:10

原:めん[小麦粉(小麦(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



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 ¥199(185) 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

KURAKON HUMMUS ORIGINAL

80g ¥321(298) 入数:24

原:ひよこ豆(アメリカ)、植物油(へん花油)、レモン果汁、ねぎ胡麻、たまり醤油、クミン粉末、醸造酢、黒砂糖、ローズガーリック粉末、黒こしょう粉末、食塩  
賞:冷蔵で30日

その他粉類

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

100g ¥928(860) 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(665) 入数:20

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

漬物

歯切れよく、あっさりとした甘み  
自家製甘酒使用  
砂糖不使用



おすすめ!

国産大根使用

1月~数量限定品

7820 糀べったら漬

1本(145g以上) ¥604(560) 入数:40

原:大根(埼玉県)、漬け原材料【有機ぶどう果汁(アルゼンチン)、甘酒(米(埼玉県)、米麹)、食塩】  
賞:冷蔵で90日

動物性原料不使用  
保存料・着色料・増粘剤不使用  
そのまま食べるほか、  
チャーハンや炒め物、キムチ鍋などに



国産白菜  
100%使用

売れています

7819 オーサワのヴィーガンキムチ

250g ¥496(460) 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

海藻類

NEW

鳴門産わかめ100%  
色鮮やかでシャキッとした食感、  
磯の香り豊か  
塩抜きして  
さまざまな料理に



7753 鳴門海峡漁師のわかめ(湯通し塩蔵茎付わかめ)

100g ¥432(400) 入数:20

原:わかめ(鳴門産)、食塩  
賞:冷蔵で60日

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 細切りしその実昆布佃煮

100g ¥513(475) 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 細切りごま昆布佃煮

100g ¥486(450) 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)、醸造調味料、かつおだし  
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 ¥386(358) 入数:1

原:ひじき(長崎・三重・愛媛県)  
賞:冷蔵で2ヶ月



# 小麦の風味際立つ滑らかな喉ごしの生麺

植物性素材でつくったこだわりの冷し中華。滑らかな喉越しで食感よくいただけます。

「しょうゆだれ」は酸味を抑えた上品な風味で、暑い日でも食欲をそそります。

「ごまだれ」はごまをふんだんに使用しており、香り豊かで濃厚な味が麺とよく絡みます。

新鮮な野菜をたっぷりのせて、暑い季節にぜひ召し上がりください♪

砂糖・動物性  
原料不使用

## 7707 オーサワのベジ冷し中華(しょうゆだれ)生麺



酸味まろやか  
上品な風味の醤油だれ



\*北海道産小麦粉と天然かんすいを使用したこだわり生麺

4月～8月限定品

302g(うち麺 110g×2) **615円(税込)**

- 原材料:めん【小麦粉【小麦(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、麦芽水あめ、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】
- 開封前賞味期間:冷蔵で30日

栄養成分表示(1食(151g)当たり)

・エネルギー	375kcal	・たんぱく質	11.9g
・脂質	1.9g	・炭水化物	77.5g
・食塩相当量(めん)	0.5g		
(スープ)	6.7g		

## 7704 オーサワのベジ冷し中華(ごまだれ)生麺



ごまをふんだんに使った  
風味豊かなたれ



\*北海道産小麦粉と天然かんすいを使用したこだわり生麺

4月～8月限定品

320g(うち麺 110g×2) **680円(税込)**

- 原材料:めん【小麦粉【小麦(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、麦芽水あめ、味噌、胡麻油、玉ねぎ、にんにく、生姜(国産)、香辛料、酵母エキス】
- 開封前賞味期間:冷蔵で30日

栄養成分表示(1食(160g)当たり)

・エネルギー	417kcal	・たんぱく質	13.2g
・脂質	10.2g	・炭水化物	67.8g
・食塩相当量(めん)	0.5g		
(スープ)	4.1g		

※商品の価格・内容量・包装・仕様等は2024年3月現在のものです。

オーサワジャパン株式会社

〒153-0043 東京都目黒区東山三丁目1番6号 TEL:03-6701-5900 FAX:03-6701-5911  
ohsawa-japan.co.jp

2403 0J-8861

# No.22 特別注文書-B

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

## オーサワ 冷蔵品カタログ

提出日 火コース 5/21 金コース 5/24

配送日

火コース **6/4**

金コース **6/7**

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		604
5302	7702	オーサワのベジ生ラーメン(みそ) 296 g		615
5303	7705	オーサワのベジ生ラーメン(しお) 284 g		594
5184	7706	オーサワのベジ生ラーメン(坦々麺) 324 g		788
5304	7703	オーサワのベジ生ラーメン(ごまみそ) 298 g		637
5174	7704	オーサワのベジ冷し中華・ごまだれ 生麺 320g(うち麺110g×2) <b>10円引</b>		680
5173	7707	オーサワのベジ冷し中華・醤油だれ 生麺 302g(うち麺110g×2) <b>10円引</b>		615
5305	7700	オーサワのやきそば(蒸し麺) 150 g		199
<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
5310	7753	鳴門海峡漁師のわかめ(湯通し塩蔵茎付ワカメ) 100 <b>NEW</b>		432
5311	7749	戻しひじき 100 g		386
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)	休止	367
5314	7739	おさかなソーセージ 90 g(45 g × 2本)		345
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		734
5319	7849	本さしみゆば 180 g		810
	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
5349	7854	有機みりん粕 200 g 再開(4月中旬~数量限定品)		820
5321	7864	お好み角てん 360 g 再開(4月~9月限定品)		200
5322	7791	ANP71・お米の発酵飲料 150 g		324
5323	7797	ANP71・お米の発行飲料ブルーベリー 150 g		345
5324	7940	KURAKON HUMMUS ORIGINAL 80 g		321
5325	7945	とち野酵母(冷蔵) 100 g		928
5348	7819	オーサワのヴィーガンキムチ 250g		496
5354	7820	糰べったら漬1本 (145g以上) (数量限定品) <b>NEW</b>		604
<b>★チョコレート</b>				
5350	7902	チョコレートカカオ 100% 55g		799
5351	4251	アガペチョコレートスティックカカオ 70% 62g		799
5326	7896	スペリアダークチョコレート 100% 80g		680
5327	7880	ファインダークチョコレート 99% 80g		680
5328	7878	ファインダークチョコレート 92% 80g		680
5329	7879	ファインダークチョコレート 75% 80g		680
5330	7901	ダークチョコレート グランベリー 100g		680
5331	7898	ダークチョコレート オレンジ 100g		680
5352	7899	塩キャラメルチョコレート 80g		680
5353	7900	塩チョコレート 75% 80g		680



## 第3世界ショップ

# カレーの壺シリーズ

## 本格旨辛

本シリーズは、カルボルとジャフナの2種類。個性的な味わいなので、大容量ではなくあえての使い切りパックです。

1回で2~3人分が作れます。従来のカレーの壺ペースト同様に、長時間煮込む工程は必要なく、20分程度で簡単に作ることができます。

### カルボルポークカレー

現地のシンハラ語で「カル」=黒い、「ボル」=ココナッツ。豚肉にあう濃厚なカレーです。深くローストしたココナッツの旨味と、後から来るペッパーの辛さがクセになります。



### ジャフナフィッシュカレー

スリランカ北部、海沿いのジャフナ地方でよく食べられているカレー。白身魚で作るのが基本のレシピです。赤唐辛子の効いた爽やかな辛さが、魚介の旨味を引き立てます。



### カルボルカレーペースト /80g

334 円 (税込)

原材料名:【カレーペースト】ココナッツオイル、醸造酢、乾燥ココナッツ、タマリンド、しょうが、たまねぎ、とうがらし、食塩、にんにく、コリアンダー、スクリューパーン、米、フェンネル、こしょう、カレーリーフ、シナモン、クミン、フェネグリーク、マスタートード、ターメリック、レモングラス、カルダモン、クローブ【ターメリックパウダー】ターメリック 原産国名:スリランカ



### ジャフナカレーペースト /60g

334 円 (税込)

原材料名:醸造酢、トマトペースト、ココナッツオイル、とうがらし、米、食塩、粗糖、コリアンダー、乾燥ココナッツ、にんにく、タマリンド、カレーリーフ、たまねぎ、しょうが、クミン、こしょう、フェネグリーク、ターメリック 原産国名:スリランカ



ほくほくのひよこ豆と優しい味わいのスパイスブレンド



辛さ控えめ



ひよこ豆カレー 辛さ控えめ /180g  
561 円 (税込)

原材料名:ココナッツミルク、ひよこ豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料、トマトペースト、醸造酢、食塩、粗糖、米 原産国:スリランカ

平飼い鶏のひき肉を使用、パンチの効いたスパイスブレンド



辛口



チキンカレー 辛口 /180g  
SALE  
特価 545 円 (税込)  
通常価格 561 円 (税込)

原材料名:たまねぎ、鶏肉、ココナッツミルク、香辛料、ココナッツオイル、トマトペースト、食塩、醸造酢、米、乾燥ココナッツ 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味を引き立てます。

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、ガランガルム、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味を引き出します。

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

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。

カレーの壺  
スパイシー /220g  
SALE  
特価 608 円 (税込)  
通常価格 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



忙しい朝にぴったり!!

# ドライフルーツ

SALE



凝縮された味と香り、  
驚きのおいしさ

## ドライパイナップル (無加糖) /60g

特価 534円(税込)  
通常価格 561円(税込)

原材料名:ドライパイナップル 原産国:メキシコ



メキシコの太陽を浴びた完熟のパイナップルをカットして乾燥させました。手作業でひとつひとつ収穫し、乾燥工程を経て、そのおいしさをぎゅっと閉じ込めています。砂糖、酸味料は使っていないため、自然な甘さと酸味を味わえます。まだまだ多くの方にはなじみの薄いドライパイナップルですが、生のパイナップルに負けない香りに加え、適度な酸味と素材の甘さがより際立ったおいしさです。

また、ドライフルーツならではのソフトな食感と、噛むたびに広がる果実感は、やみつきになることまちがいない!

葉酸、ビタミンAなど、  
体に嬉しい  
栄養素が豊富



## ドライマンゴー (無加糖) /65g

626円(税込)

原材料名:ドライマンゴー  
原産国:メキシコ

カリフォルニアの太陽の恵み  
高品質の完熟レーズン



## レーズン /165g

496円(税込)

原材料名:レーズン  
原産国:アメリカ

ほどよい酸味と  
甘みのバランスが  
絶妙



## ドライクランベリー /80g

561円(税込)

原材料名:クランベリー、粗糖、ひまわり油  
原産国:アメリカ





# 職人技と こだわり素材の くるみ菓子

できる限りシンプルな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。くるみはアメリカで有機栽培されたもの、きな粉は北海道産の大豆から、加工黒糖は沖縄産のサトウキビから作られたものです。



きな粉くるみ / 65g

496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)(遺伝子組み換えの混入を防ぐため分別))、砂糖(粗糖、糖蜜)、食塩



黒糖くるみ / 65g

496円(税込)

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

# Snack Nuts Series

あおさのりの風味  
アーモンドの  
カリッと食感



アーモンドミックス  
ちりめんのかき 30g

518円(税込)

原材料名:アーモンド(アメリカ)、ちりめん(ちりめん(静岡県産))、食塩、なたね油、金箔、あおさのり

ガーリックの風味  
桜えびの  
サクッと食感



アーモンドミックス  
桜えびペペロンチーノ 30g

518円(税込)

原材料名:アーモンド(アメリカ)、素干し桜えび(さくらえび(静岡県産))、なたね油、食塩、ガーリックパウダー、とうがらし

メイプルシロップの  
甘み、オートミールの  
ザクッと食感



グラノーラクラランチ  
メイプル 40g

518円(税込)

原材料名:オートミール(アメリカ製)、小麦粉(国内産)、メイプルシロップ(オランダ製)、アーモンド、なたね油、レーズンペースト、食塩

## たっぷり! 徳用シリーズ

お家で過ごす時間や家族だんらんのお供にも。  
毎日の料理、お休みのお菓子作りにも。  
自然が作り出すミネラルを丸ごと、徳用サイズでお楽しみいただけます!



徳用  
SALE



徳用くるみ(生)

200g

特価1,446円(税込)

通常価格1,490円(税込)

原材料名:くるみ  
原産国:アメリカ



徳用



徳用アーモンド  
(食塩不使用) 230g

1,598円(税込)

原材料名:アーモンド(アメリカ)



徳用



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

153-0062  
東京都目黒区三田 2-7-10-102  
TEL:03-6417-4702 HP:<https://www.p-alt.co.jp>

Instagram

第3世界ショップ

ハッシュタグ #第3世界ショップを付けて是非、あなたの撮った写真を投稿ください!





# ICED COFFEE

美味しいコーヒーを簡単に作ろう

## 簡単3ステップ

一晩、水にコーヒーバッグを入れておくだけで本格コーヒーの出来上がり! 1包で250ml-350ml作れるので、少人数用・マイボトル用としてもお使いいただけます。

アイスはもちろん、温めてホットでもおいしい。

1 入れてそそぐ



2 待つ(6~8h)



3 できあがり



SALE

Artisan  
水出しアイスコーヒー  
15g×6包

特価 **603円(税込)**  
通常価格 669円(税込)

原材料名: コーヒー豆  
(生豆生産国 グアテマラ)

賞味期限 2024年8月22日以降のものをお届けします。



## 収穫の初期にとれる繊細な味 リックさんのメープルシリーズ



メープルシロップの色や味は、樹液の採取時期によって異なります。リックさんのメープルシロップは収穫初期に採れた樹液を煮詰めて作られており、糖度が高いので煮詰める時間が短いです。その結果、出来上がったメープルシロップは色が薄く繊細な味わいになります。素材の旨みを引き立てるので、パンやヨーグルトはもちろん、肉料理などにも、そのままかけてお使いください。

SALE



リックさんの  
メープルシロップ  
ゴールデン  
(デリケートテイスト) 330g

特価 **1,446円(税込)**  
通常価格 1,490円(税込)

原材料名: かえで樹液  
原産国: カナダ



リックさんの  
メープルシュガー  
125g

特価 **1,058円(税込)**

原材料名: メープルシロップ  
原産国: カナダ

# No.22 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 6/4** **金コース 6/7**

提出日 **火コース 5/21**  
**金コース 5/24**

商品名	注文数	税込価格	商品名	注文数	税込価格
<b>カレーの壺シリーズ</b>			5720 ドライマンゴー 65g		626
5701 カレーの壺ペッパー (黒ホール)20g	定例注文	389	5757 ドライパイナップル 60g	<b>25円引</b>	561
5702 カレーの壺ペッパー (黒粗挽き)20g	定例注文	389	5876 ブルーン 120g		691
5703 カレーの壺ココナツミルク 200ml		346	5724 ドライ克蘭ベリー 70g		562
5708 カレーの壺チャツネ 260g		626	5727 レーズン 165g		497
5704 カレーの壺スリカレー 34g約8皿分		508	5742 ドライフルーツナツミックス90g		626
5705 カレーの壺マイルド220g		626	5844 ヨーグルトと食べるドライフルーツ 100g		691
5706 カレーの壺オリジナル220g		626	5745 アーモンド 70g		691
5707 カレーの壺スパイシー220g	<b>17円引</b>	626	5751 ピスタチオ 70g		691
5763 トルト・カレーの壺 特カレー 辛口 180g	<b>15円引</b>	562	5735 クルミ(生) 65g		691
5764 トルト・カレーの壺 ホールカレー 中辛 180g		497	5734 マカデミアナッツ 65g		691
5875 トルト・カレーの壺 ひよこ豆カレー 180g		562	5737 カシューナッツ 食塩不使用 70g		691
5995 トルト・カレーの壺 キーマカレー 辛口180g	<b>終了</b>	497	5872 ピーカンナッツ(ロースト) 65g		691
5782 カレーの壺 カルボルカレーペースト		335	5736 よくばりナッツ 80g		691
5783 カレーの壺 ジャフナカレーペースト		335	5887 徳用ミックスナッツ 200g		1,490
<b>飲み物</b>			5888 徳用アーモンド(食塩不使用)230g		1,598
5862 カフェインレスコーヒー粉 100g		994	5889 徳用クルミ(生) 200g	<b>41円引</b>	1,490
5863 ドリップコーヒーデカフェ 12包セット	2,333		5848 きなこクルミ 65g		497
5864 ドリップコーヒーゼリー 12包セット	2,851		5758 黒糖クルミ 65g		497
5860 (豆)パロ・ブランココーヒー 200g	972		5723 メープルアーモンド 40g		497
5861 (粉)パロ・ブランココーヒー 200g	定例注文書へ移動	972	5738 カシューナッツ カレー味 60g		594
5885 サンタフェリサ・コーヒー(豆) 200g	972		5867 スドン村の黒くるみ 55g		497
5886 サンタフェリサ・コーヒー(粉) 200g	972		5722 アーモンドミックスちりめんのり塩 30g		518
5711 シンガンパティ紅茶 100g	540		5731 アーモンドミックス桜えびペペロンチーノ 30g		518
5710 アールグレイ紅茶 80g	756		5732 グラノーラ克蘭チメープル 40g		518
5709 ダージリンティー 80g	1,296		5877 ヒマヤ山麓ハチミツ 300g		1,944
5746 ティーバッグ アールグレイ紅茶1.8g×14包	518		5868 リックさんのメープルシュガー 125g		1,058
5715 ココア 110g	648		3279 リックさんのメープルシロップ 330g	<b>41円引</b> 定例注文書でご注文ください	1,490
5712 チャイパック 3g×12	475		5873 シンガラジャの天日塩 150g		410
5991 Stick ほうじ茶ラテ 65g(13g×5包)	648		5874 シンガラジャの天日塩 1kg		1,188
5990 Stick 黒糖ココア 65g(13g×5包)	648		5772 オートミール 450g		950
5993 ぼくらが作った煎茶 70g	918		5869 メープルグラノーラ(オリジナル) 220g		1,166
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(ティーバッグ)1L用(5g×12包)	691				
5768 林農園の烏龍茶(ティーバッグ)(1.5g×10包)	518				
5881 Artisan 水出しアイスコーヒー15g×6包	<b>62円引</b>	670			

※値引き額は全て税抜き価格よりの値引き額となります。  
※カレーの壺シリーズ包材・レイアウトや表記等変更となります。