

町子通信 No.7



**博淑屋 次回試食販売は
11月9日(金)10日(土)**



**博淑屋 食べる本格薬膳スープ
参鶏湯(サムゲタン)キット 1袋**

必要なのは手羽元600gだけ！
簡単便利な時短メニューなのに
本格的な薬膳スープです
井口さんの熱い想いが詰まった商品は
生産者にまでこだわった完全無添加！
細部に渡るまでこだわり抜いた一品
お試しの価値あり！！



韓国有数の高麗人参の産地
綿山(クムサン)地区にある
契約農家 朴さんの高麗人参を使用

博淑屋 代表 井口さん 医食同源

～秋をあじわおう～



青木光悦堂

黒糖入 栗甘納豆 160g

お茶うけに秋を感じて♪
ほっこり日本茶と一緒にどうぞ



白心堂

生八ッ橋 5個入

秋の味覚と一緒に
京の伝統をを愉しむ



石井食品

栗ごはんの素 2合炊き用

期間限定！今年採れた茨城産栗
を使用しています。国産栗の風味を
お楽しみください



ティーケーエム

マロングラッセ 160g×2袋入

紅茶に合います

秋味いっぱいのティータイム



豊味館

きのこ森々カレー 200g

長崎県産4種類のきのこがザックザク！
長崎豊味館×雲仙きのこ本舗 コラボ商品！



キタノセクション

木の実と果実 320g

アーモンド・カシューナッツ
クランベリー・レーズンの4種入り
止まらなくなる美味しさ！

どれもこれも
うまそうやなあ...

秋の味覚をたくさん取り揃えて スタッフ一同お待ちしております



おいしい×うまい＝
めっちゃうまい
めっちゃうまい＝しあわせ

◎秋になったら、素直なところで食べなはれ！ クマ吉のおすすめ商品



新珠食品
秋の実りの茶わんむし 160g×2個入

栗と里芋入り
口の中でとろけんねん！
これぞ日本人の
まごころの味や！



おばねや
牛蒡きゅうり醤油漬 160g

パリパリパリポリったまらない美味しさ！
ご飯何杯でもおかわり～
国産原料使ってるで～！
うまいもんはうまいで！

～町子さんオススメ時短レシピ～



さば豆
2人前

煮魚や煮豆が食べたいのに
時間が無い方に♪

【材料】
さばの水煮缶 1缶
ダイズデイズ むし大豆 100g
すき焼き割下 大さじ 2～3
水 100cc
【作り方】
①鍋に水を切ったさばの水煮と、
全ての材料を入れる
②中火にかけて10分間煮ると
出来上がり



焼豚の酢豚風
2～3人前

酢豚が食べたいのに
時間が無い方に♪

【材料】
KS 焼豚 250g
KS 熟成黒にんにく 適量
きゅうり 1本
★丸正醸造元 黒酢パーモント 50cc
★醤油 15cc
★片栗粉 小さじ1
★水 大さじ1

【作り方】
①焼豚は一口大に、きゅうりは縦4つ割りにして
乱切りにする
②鍋に★調味料を合わせて入れて火にかける
③フツフツしてきたら①と黒にんにくを入れる
④トロ火で中まで温まれば出来上がり

★管理栄養士大西主任のワンポイントレクチャー★
栗kuri

栗ご飯の季節ですね。栗は意外とビタミンCが豊富な食物です。
また栗のビタミンCは熱に強いので、加熱調理をしてもビタミンCの
損失が少ないのが特長です。渋皮にはタンニン(ポリフェノールの
一種)も含まれていて抗酸化作用も期待できますよ！

SNSで最新情報をGET!



kitanoace



@kitano_ace



@kitanoace



近畿大学農学部卒
好きな食べ物 干し芋