

たべてこ!

やっチャば だより

2021

1月号

やっチャばとは市場という意味。
市場で働く人=野菜のプロが
おすすめする厳選野菜を紹介します。



いちふじ青果 小泉社長

今が旬 ねぎ 食べ比べ



一年中手に入る白ねぎですが、寒さで甘みが増すこの時期に旬を迎えます。栄養の面でも冬に嬉しい様々な成分が含まれています。白い部分に多く含まれる「ネギオール」には強い殺菌効果や解熱作用があり、風邪の予防に役立ちます。また、香り成分である「硫化アリル」は血液の循環を良くし身体を温めたり、血糖値の上昇を抑えるのに効果的です。

その他、疲労回復、保湿効果など魅力いっぱい栄養満点な白ねぎをぜひご利用ください!

群馬産

下仁田ねぎ

「殿様ねぎ」の別名を持ち、群馬県下仁田町周辺でしか栽培できない産地限定の貴重な白ねぎ。葉は黄色く変色しますが、寒さに晒されて甘みが増している証です。生食には向いていませんが、糖度が高く、加熱するととろとろ一層甘くなるのが特徴です。



茨城産

鍋ねぎ

太くずっしりしており、加熱しても身崩れしにくく、味が染みやすいのが特徴で、その名のおり鍋料理に打ってつけ。その他、身がしっかりしているので天ぷらもおすすめ!



群馬産

上州ねぎ

近年人気のブランドねぎで、下仁田ねぎの交配種。太くて甘みが強いのが特徴で、加熱すれば柔らかくとろとろの食感を味わえます。味が染みやすく、鍋料理や焼きなど美味しく味わえる他、焼きねぎなどもおすすめです!



群馬・茨城産

土付ねぎ

鮮度を保持するために土を残したまま出荷されるため、美味しさが長持ちします。大容量なので、コストパフォーマンスも良く、大家族の方にも嬉しい白ねぎです!



鍋料理や煮込み料理が美味しいこの季節に嬉しい色々な白ねぎをご紹介します!



いちふじ青果 × 富士屋 共同企画

抽選で10名様に
静岡県産はるみプレゼント!

【応募期間: 1/10(日)~2/14(日)】

日頃のご愛顧に感謝しまして、富士屋各店にて、応募期間内に
2000円以上(税抜)のお買い物をされたお客様に、
抽選で10名の方に旬の柑橘 静岡県産はるみをプレゼント!
2月下旬頃にお届けいたします。

■ 応募方法

必要事項をご記入の上、裏面にお買上げレシート(コピー可)を貼り、各店サービスカウンター設置の応募箱にご投函ください。
* 当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

■ webからもご応募いただけます。
<https://ichifuji0188.com>



フリガナ	お名前
()	電話番号
	ご住所 〒
富士屋へのご意見・青果物やその他の商品に関するご感想・ご要望など…	

* ご記入いただいたお客様の個人情報は責任をもって管理し、本抽選企画以外の目的では使用いたしません。