



# やっチャば だより

2021

9月号

三社コラボ企画



×



×



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ご紹介します。

もっと野菜を食べよう！

バランス良い食事を通じて健康と免疫力アップ！

静岡県の野菜摂取量は全国でも低く、減少傾向にあります。今号では、野菜摂取量の拡大に向けた味の素の取組み「ラブレジプロジェクト」を応援するとともに、この季節に美味しい野菜と、素材の味を引き立たせるほんだしをご紹介します！

＝ ほんだし ＝

＝ 赤柄里芋 ＝

素材の味を活かします！



今年の里芋は品質良好！

香り、コク・味わい、それぞれに優れた3種のかつお節を使用した、“香り高く一番おいしい”和風だしの素です。さっと入れるだけで、様々な和食メニューの味付けを、簡単手軽に美味しく仕上げることができます。(湿気にくい顆粒タイプ)

砂地で栽培されるため肌が白く綺麗なのが特徴で、きめ細やかな肉質と柔らかな舌触りと甘みが魅力です。煮崩れしにくいので調理しやすく、里芋コロッケもおすすめ！出荷時期が10月上旬までと短いのでお買い逃しなく！今年は生育が良く、品質良好です！

## 里いもとしょうがのきんぴら



⌚ 10分 #簡単・時短

◇材料

里いも 大きめのもの	150g
水菜	25g
しょうがのせん切り	1/2かけ
いり白ごま	小さじ1
AJINOMOTO サラダ油	大さじ1
七味唐がらし	お好みで
しょうゆ	大さじ1/2
みりん	大さじ1/2
砂糖	大さじ1/2
ほんだし	小さじ1/2

- ① 里いもは皮つきのままタテ細切りに水菜は5cmの長さに切る。
- ② フライパンに油、しょうがを入れて弱火で炒める。①の里いもを加えて全体に油がまわるまで強火で炒め、Aを加えさらに1分ほど炒める。
- ③ 火を止めて①の水菜、ごまを加える。好みで七味唐がらしをふって出来上がり！

レシピ色々！



味の素パーク  
レシピ大百科



味の素×いちふじ青果×富士屋 コラボ企画

抽選で10名様に  
ぶどうと味の素調味料セットをプレゼント！

【応募期間：9/4(土)～10/24(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名の方にぶどうと味の素調味料セットをプレゼント！10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。