



自然の味と香りを今に、未来に。

まじめにおいしい

マルシマニュース

2016年11月号

※表示の価格は、税込(8%)価格(本体価格)です。

マルシマ営業日カレンダー

11							12						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3						1	2
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31

満月&新月カレンダー

満月●11月14日(月) 新月●11月29日(火)

今月のトピックス

- ・大特集!! きな粉
- ・変わり種しょうが湯特集

大特集!!

きな粉

たんぱく質

カルシウム

鉄分

食物繊維

『畑でとれるお肉』と呼ばれるほど栄養豊富な“有機丸大豆”をまるごと丁寧に焙煎し、粉末にしたマルシマこだわりの『きな粉』です。大豆本来の香りと甘みをお楽しみください。



国内産有機きな粉
100g **302円**(280円)



有機畑のきな粉
120g **259円**(240円)



有機黒ごま入りきなこ

120g **432円**(400円)

黒糖入りなので…

そのままもちやヨーグルトにふりかけたり、ドーナツやホットケーキの生地に混ぜて使えます。

黒ごま入りなので…

香りやおいしさがさらにUP!

香ばしさのハーモニーをお楽しみください。

実は万能! いろいろお試しください。

きな粉+塩でふりかけに!

味噌汁+きな粉でコクがUP!

和風ドレッシングのアクセントにも◎



ホッとするね 有機ココアきな粉

180g **680円**(630円)

有機大豆

+

有機力カオ

+

有機黒糖

《ホットココアきな粉の作り方》

有機ココアきな粉…大さじ2~3

牛乳(又は豆乳)…150cc

温めた牛乳150ccに有機ココアきな粉を大さじ2~3加えればできあがり。

※沈殿しやすいので混ぜながらお召し上がりください。



これからの季節におすすめ



New! ★新規取扱商品のご案内です!

グルテンフリー スパイシー カレーペースト

小麦粉・油脂類は一切使用しておりません。

野菜と果実がたっぷり(約56%)入った
とてもヘルシーなカレーペーストです。

10月21日
入荷予定



原材料/果実・野菜(トマト、りんご、にんじん、バナナ、セロリ、にんにく、しょうが)、ソーオニオン、
カレー粉、砂糖、食塩、チャツネ、ポークエキス、チキンエキス、酵母エキス、発酵乳、ごまペースト、
ココナツクリーム、香辛料、(原材料の一部に乳成分、りんご、バナナ、豚肉、鶏肉、ごまを含む)

小麦粉は使用せず、国産米粉とひよこ豆で仕上げました。

米粉のカレールー グルテンフリー

フレッシュな果実と野菜を直火の釜で焼き上げ、
旨みを凝縮。独自ブレンドのスパイスで
風味豊かに仕上げました。

10月21日
入荷予定



原材料/食用油脂(豚脂)、米粉、ひよこ豆粉、果実・野菜(トマト、りんご、玉ねぎ、
にんにく)、カレー粉、食塩、砂糖、チャツネ、酵母エキス、発酵乳、肉エキス(ポーク、
チキン)、カレーペースト、(原材料の一部に乳成分、豚肉、鶏肉、りんごを含む)

メーカー名	商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格(本体価格)	賞味期間
コスモ食品	4229	グルテンフリー カレーペースト スパイシー JANコード 4967306113932	180g	12	648円 (600円)	1年
	4233	米粉のカレールー グルテンフリー JANコード 4967306113918	110g	10	324円 (300円)	1年

水洗い不要。サラダにはそのままトッピング。スープには仕上がりの直前に加えると煮崩れしにくく、風味がいきそう引き立ちます。

有機 蒸しひよこ豆

安心な有機ひよこ豆のおいしさと栄養を
そのままぎゅっと閉じ込めた、旨みの強い
蒸しひよこ豆です。

11月10日
入荷予定



原材料/有機ひよこ豆、食塩、有機米酢

3色の蒸しキヌア

スーパーフードの有機栽培キヌアを
彩り鮮やかに3色(白・赤・黒)ミックスし、
蒸してやわらかく仕上げました。

11月10日
入荷予定



原材料/有機白キヌア、有機赤キヌア、有機黒キヌア

メーカー名	商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格(本体価格)	賞味期間
だいでイス	2519	有機蒸しひよこ豆 JANコード 4560438830410	85g	10	270円 (250円)	120日
	2547	3色の蒸しキヌア JANコード 4560438830427	60g	10	270円 (250円)	120日

紫外線吸収剤無添加のお肌にやさしい日やけ止めクリーム

アサバ デイリフレクトクリーム



汗、水に強く、しっとりとした使用感。
UV対策しながら肌を潤し、引きしめます。

ピンとハリを与える4つの成分「クワトロシステム」・日本製粉開発の植物由来成分「ニップンセラミド」

メーカー名	商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格(本体価格)
日本デュー ヘルス	6505	アサバ デイリフレクトクリーム JANコード 4975812104177	30g	6	2,484円(2,300円)

◎仕様変更

メーカー名	商品名	内容量	変更内容	実施時期
桜井食品	国内産契約栽培 薄力粉	500g	●パッケージ一部変更	在庫消化後
	オーガニックキンワ(キヌア)(粒)	340g	●一括表示一部変更	在庫消化後
	国内産ハトムギ	150g	●一括表示一部変更	在庫消化後
モノドン	練りからし(チューブ)	40g	●社名、パッケージ文言、原材料変更 《新原材料》からし、水飴、醸造酢、植物油、食塩、澱粉、食物繊維(大豆)、香辛料	在庫消化後
五色そうめん 森川	もち麦のめぐみ	200g	●商品名変更 (新)もち麦のめぐみ もち麦のうどん ●パッケージデザイン変更	在庫消化後
だいでイス	有機蒸しサラダ豆	85g	●商品名変更 (新)有機蒸しミックスビーンズ ●賞味期限変更 (旧)90日 ⇒ (新)120日 ●デザイン変更 ●製造所固有記号変更 ●レトルト食品表示対応	在庫消化後

◎取扱中止のご案内

メーカー名	商品コード	商品名	備考	実施時期
黒姫和漢薬 研究所	3409	えんめい茶 ティーバッグ 120g(5g×24包)	弊社都合により取扱中止	在庫消化後

◎販売中止のご案内

メーカー名	商品コード	商品名	備考	実施時期
日本デイリーヘルス	6469	アサバ デイリフレクトミルク 28ml ※代替品として「アサバ デイリフレクトクリーム 30g」をご利用ください。	メーカー都合により製造中止	在庫消化後
	6278	アサバ 新滋源薬用グローエッセンス 35ml	メーカー都合により製造中止	在庫消化後
	6200	リセア クリアフレッシュナー 200ml	メーカー都合により製造中止	在庫消化後



まなぶ しよくどう きせき

学ちゃん食堂の奇跡



最終回

元生徒による編集後記



約1年間、読んでいただきありがとうございました。

教授は「料理をする時は楽しみながら、食べる時はよく噛んで食べる」それを何度もいっていたように思います。食事で病気になる過程や治る理由を説明しようとすると、難しい内容になりますが、台所に立つときは難しいことは言わずに、食材が喜ぶ料理を目指して楽しみながら作っていらっやいました。私はきちんとした食事内容でない時でも食べる時に一生懸命噛むことで自分を許しています。料理をするのは楽しいし体調も調えられてお得なことがいっぱいあるので、気軽に皆さんが台所に立つきっかけになればと思います。

マルシマ 富田千尋




シリーズ 森羅万象の旅

(株)地湧社の書籍

さねしげ しげさね 実重 重実 著「森羅万象の旅」よりその一部を転載しています。

第4章 生と死の境界

3 土壌は死骸の堆積物③

植物にとって、水や養分を吸収する根は、ある意味で地上部分以上に重要だ。根は主根・側根・毛根というように細分化していき、その表面積は、葉や茎といった地上部分の数十倍から300倍に及ぶ。

1本のライムギの根は、毛根に生えている細い根毛まですべてつなぎ合わせると、実に9万キロメートルの長さには及ぶ。このような根が土壌の中では無数に活動しており、そして死ぬと再び土壌となる。さまざまな生命の活動が土壌を形成し、維持するのに貢献している。植物・動物・微生物たちは、そこから生まれ、またそこへと還って行く。

したがって土は、鉱物ではなくて、精妙な生物複合体だと言える。地球の上の土壌圏は、循環する生と死の舞台なのである。



○×△コラム【おふくろの味】

思い出すと無性に食べたくなる「おふくろの味」。私にとってそれは魚の天ぷら（練り物）である。獲れたての地魚（えそ、ぐち）で作った揚げたてホクホクの「天ぷら」は弾力抜群で本当においしかった。母が下ごしらえ（魚の鱗を取って内臓を出して下ろし、皮を引いて骨切り、小間切れに）したものを私はすり鉢でする役。まずは魚肉に玉子、砂糖を入れて魚肉の形が無くなるまで良く擦り、最後に塩を入れてまたよく擦る。塩を入れると身が硬く引き締まって「すりこぎ」がグッと急に重たくなり、しんどかった事をよく覚えている。魚肉がまとまってきたら小判型に成形して油で揚げる。

長崎で育った母の愛情手料理であったと思う。今ではめっきり使う事の少なくなった「すり鉢」が大活躍の時代であった。

（ともぞう）



マルシマには
変わったしょうが湯が
あるって聞いたんだけど、本当？

本当です。



しょうが湯というとおばあちゃん家に出てくるような古い飲み物のイメージですが、マルシマには、
気になる冷え性のあの子♡にプレゼントしたくなるような可愛いパッケージの変わり種しょうが湯もあるんです！

ホッとするね 生姜紅茶

(有機栽培生姜使用)

袋入(5g×5) **335円**(310円)

香り高い紅茶使用

香り高い紅茶(セイロン・アッサム)に
国内産有機生姜をブレンドしました。
ミルクを加えてジンジャーチャイ風に、またレモンを入れてジンジャー
レモンティーとしてもお召し上がりいただけます。



ホッとするね

オリゴしょうが湯

箱入(15g×12) **842円**(780円)

袋入(15g×4) **302円**(280円)

てんさい糖のサリとした甘さ

北海道で育つ「てん菜」は別名「さとう大根」とも言われます。
その大きな根に含まれるオリゴ糖を使用したやさしいしょうが湯です。



ホッとするね

あずきちゃんしょうが湯

箱入(15g×12) **950円**(880円)

袋入(15g×4) **346円**(320円)

小豆の風味と生姜の辛味のハーモニー

お湯で溶く以外にもあらを浮かべておしるこ風に、寒天で固めて
水ようかん風に、ミルクを入れてジンジャーあずきミルクとしても
お召し上がりいただけます。



梅しょうが湯

袋入(12g×5) **330円**(306円)

ほんのり甘い梅の香り

ほんのり甘じょっぱい恋の味♡
国内産梅肉を100%使用。梅の香りと塩味、
生姜の辛みのきいた、さっぱりタイプの
しょうが湯です。



メープルしょうが湯

袋入(8g×4) **464円**(430円)

メープルシュガーの自然な甘さ

甘みはカナダ産のメープルシュガーのみ！
低GIでポリフェノール、ミネラルが多く、
抗酸化作用も報告されているメープル
シュガーベースのナチュラルな甘さとさわ
やかな辛みが特徴。



この変わり種しょうが湯たちももちろんこだわりの原料、本格直火釜炊き製法で作られています。
今シーズンも定番だけじゃない、マルシマのしょうが湯をお楽しみください。心も体もホッと温まりますよ♡

イベントカレンダー

●満月 ●下弦 ●新月 ●上弦 ●満月
吸収の機能MAX 毒素を排出していく 排出の機能MAX 吸収の機能が高まっていく 吸収の機能MAX

2016年																														
11月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
●満月 14日(月) ●新月 29日(火)	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
	紅茶の日		文化の日、みかんの日	かき揚げの日	いりごめの日	あられおせいの日	立冬、鍋の日			植物油の日	たぬきの日、蟹の日	ヨーケベクトの日	さつまいもの日		七五三、こんごの日	自然薯の日	蓮根の日			発芽大豆の日	かきフライの日	小雪	勤労感謝の日	鯉節の日、和食の日		孫の日	フライングの日		本みりんの日	
																														

2016年																															
12月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
●満月 14日(水) ●新月 29日(木)	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	あずきの日	ドライスライスの日		みかんの日	チーズケーキの日					植物油の日		豆腐の日	汁三菜の日		お菓子の日			米食の日		発芽野菜の日	漬物の日		天啓誕生日 天ぷらの日	クリスマススイブ	クリスマス	ブルーノの日		クレープの日		そばの日	
																															



株式会社純正食品マルシマ

マルシマ

検索

〒722-0051 広島県尾道市東尾道9番地2 TEL 0848-20-2506 FAX 0848-20-2363
E-mail:marusima@junmaru.co.jp http://www.junmaru.co.jp