

※表示の価格は、税込(8%)価格(本体価格)です。



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12月号

今月のトピックス

- ・年末年始おすすめ商品
- ・とっておきマルシマレシピ
- ・新規取扱商品「つけもの上手」
- ・○×△コラム「分析では測れないもの」
- ・シリーズ森羅万象の旅
- ・生姜産地訪問レポート

マルシマ営業日カレンダー

12							2017 1						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30	31				

満月&新月カレンダー

満月●12月14日(水) 新月●12月29日(木)

年末年始

の準備、お済みですか?

おせち

手作り派の方へ...
せっかく作るなら調味料も
こだわっちゃいましょう。



有機純正醤油
550ml
626円(580円)
有機栽培の大豆と小麦を天日塩とともに杉桶で仕込んだ本物の醤油です。

天然醸造 国産有機しょうゆ
500ml
950円(880円)
国内産有機栽培大豆と国内産有機栽培小麦を天日塩とともに仕込み、三十石杉桶でじっくり熟成させました。

天然醸造 杉桶醤油
200ml
497円(460円)
国内産丸大豆と国内産小麦、天日塩を原料に三十石杉桶でじっくりと熟成させました。

純米発酵調味料
500ml
745円(690円)
伝統的な三河味噌の製法を継承し、うるち米、もち米だけで醸造し、食塩を加えた本格調味料です。

焼きだし
5g×24
1,026円(950円)
動物性素材を使用せず、昆布と野菜の旨味を十分に引き出した風味豊かなだしです。

本枯れ和風だし
8g×24 **1,080円(1,000円)**
本枯れ鰹節と北海道産昆布の「旨味」が料理を引き立てます。

焼きあごだし
8g×20
1,026円(950円)
国産の原料をバランスよく配合した、香り豊かで旨味たっぷりのだしです。

羅臼昆布 80g **702円(650円)**
早煮こんぶ 32g **302円(280円)**

年越しそば

紅白観ながらおいしい年越しそば...なんて幸せですね。今年も1年ありがとう。がんばった自分の身体にも感謝。年に1度の年越しそばに、こだわりのごほうびおそばを。



おすすめ
本田商店 有機出雲蕎麦 2食 **454円(420円)**
有機原料のそば粉、小麦粉を使用した五割そばです。そば湯も楽しめます。

ゆで時間2分!
細めでするっといける!
ツルシマ 糸そば 150g **248円(230円)**
国内産小麦粉、そば粉、小麦たん白、塩(シマース)を使用し製造しました。

山芋そば 500g **562円(520円)**
自然芋そば
自社製粉したそば粉に山芋と海藻を加え、越後の名水「大出口泉水」で練り合わせました。

かつおめんつゆ 300ml **464円(430円)**
丸大豆仕込みでじっくりと熟成させた純正醤油に、かつおだしエキスとこんぶエキスを合わせたつゆです。

杉桶仕込醤油使用
割烹だし 400ml **821円(760円)**
国内産昆布、鰹節を贅沢に使い、杉桶でじっくりと熟成した醤油をブレンドしたつゆです。

国産原料100%
つゆ彩々 400ml **810円(750円)**
じっくりとだしに国産醤油と本格三河みりんを合わせ、甘さを抑えたつゆです。

そのままお重へ! すぐ食べられる!

国内産黒豆
黒煮豆 150g **410円(380円)**
国内産の黒豆を直火でおいしく炊き上げました。

有機純正醤油使用
たこ入昆布巻 2本 **562円(520円)**
瀬戸内海産のいいこを北海道産の昆布と無漂白の干瓢で巻きました。

年明けうどん

年明けうどんとは、純白で清楚なうどんに紅いトッピングを添えて年の初めに食べることで、その年の人々の幸せを願うものです。



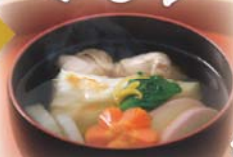
さぬき ゆでうどん 麺200g・スープ10g **162円(150円)**

ぶっかけうどん 麺200g・液体スープ19g **173円(160円)**

良質の国内産小麦粉を使用し、さぬき独特の技術で丹念に造った手打風のコシと風味を兼ね備えたうどんです。ゆでてありますので、わずか2〜3分の調理で本場さぬきうどんの味が楽しめます。

お正月は
やっぱり!

おもち



仁多丸もち(白米) 430g **702円(650円)**

仁多丸もち(玄米) 430g **756円(700円)**

仁多切り餅 300g **540円(500円)**

ぜんざい



国産有機小豆 200g **670円(620円)**

豆乳ぜんざい 160g **216円(200円)**

New! ★新規取扱商品のご案内です!

つけもの上手

マルカワみそは創業1914年。
100年以上味噌作りを続けてきた老舗味噌屋が作った
本格味噌漬物の素を入荷いたしました!
味噌作りのプロの味をぜひお試しください。

作り方

大根・ナス・キュウリ・カブ等の野菜を食べやすいように切り、
袋に入れて「つけもの上手」が野菜に絡まるように揉んで
6~12時間冷蔵庫に入れておくとでき上がりです。
洗い流さずにそのまま召し上がれます。

◎麴の原料は国産の有機米を使用

◎種麴は自家採取の麴菌を使用

これであなたも!



ほんのり甘い、漬け上がり



原材料/有機米(国産)、食塩

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
マルカワみそ	4266	つけもの上手 JANコード 4902854052081	100g	40	250円 (231円)	7ヶ月

◎仕様変更

メーカー名	商品名	内容量	変更内容	実施時期
マルシマ	えびいりこふりかけ	40g	●内容量変更 40g ⇒ 30g ※価格、原材料等変更ございません。	〈2017年〉 在庫消化後
マルサンアイ	豆漿1ℓ	1ℓ	●原材料一部変更 〈新原材料〉大豆(遺伝子組換えでない)、水あめ、食塩、はと麦粉/重曹、貝カルシウム	在庫消化後
	豆漿200ml	200ml	●原材料一部変更 〈新原材料〉大豆(遺伝子組換えでない)、水あめ、食塩、はと麦粉/重曹、貝カルシウム	在庫消化後
	青汁豆漿	200ml	●原材料一部変更 〈新原材料〉大豆(遺伝子組換えでない)、糖類(砂糖、水あめ)、植物油、大麦若葉エキスパウダー、食塩、よもぎ粉末/貝カルシウム、安定剤(ジェラン)	在庫消化後
	麦芽豆漿	200ml	●原材料一部変更 〈新原材料〉大豆(遺伝子組換えでない)、砂糖、麦芽エキス、植物油、カフェインレスコーヒー、食塩、玄米全粒分/重曹	在庫消化後
だいちデイズ	Toppin' Grain そのまままぜる雑穀	70g	●原材料変更 もち大麦 ⇒ 大麦	11月下旬

◎サンコーお菓子 定番変更のお知らせ

(特)は特別価格です。

商品コード	商品名	内容量	変更内容	商品コード	商品名	内容量	変更内容
6773	(特) おからサブレ	80g	2017年1月より ケース単位の 取り寄せになります。	6950	(特) くるみ餅	100g (個包装紙込)	2017年1月より ケース単位の 取り寄せになります。
6774	(特) 米粉クッキー	6本		6951	ねじりん棒ミニパック	15g	
6776	ミレービスケット ノンフライ	100g		6952	(特) 栗しぐれ	120g	
6942	えびせんべい ノンフライ	40g		6949	(特) ひとくちチョコレート	70g (個包装紙込)	定番商品となります。 1ヶよりご注文いただけます。
6945	大豆チップス しお味	50g					
6946	大豆チップス のり塩味	50g					
6948	(特) マシュマロ	8個					

◎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
マルシマ	5563	黒杜仲しょうが湯	弊社都合により製造中止	在庫消化後
	2206	純正なたね油(油屋六兵衛) 920g	弊社都合により製造中止	在庫消化後
	2200	純正なたね油(油屋六兵衛) 1650g		
	2297	純正なたね油(油屋六兵衛) 16.5kg		

おせち料理
ご予約受付中

詳しくは担当営業まで

写真はイメージです。



お願い

年末は宅配便の荷物が混み合います。
従来より早めのご注文をいただけますよう
よろしくお願い申し上げます。

とっておき マルシマレシビ

クックパッドで
レシピ紹介中 cookpad.com/recipe/3617830



胃腸の調子を整える“栄養強化”の一品 野菜たっぷりとしろろ鍋

＜材料＞約5人分

- ・ しいも 300g
- ・ おんこん 120g
- ・ 小麦粉 大さじ2〜3
- ・ 塩 1/2t
- ・ 白菜 1/6株
- ・ にんじん 1/3本
- ・ 油あげ 1枚
- ・ 麦麴生みそ 大さじ6
- ・ 純米発酵調味料 大さじ4
- ・ 本枯れ和風だし 小さじ2
- ・ 水 1L

＜作り方＞

- ① しいもとおんこんをすりおろし、ボウルに入れて小麦粉と塩を加えてしっかり混ぜる。
- ② 鍋を用意し、水を加える。
- ③ 白菜は食べやすい大きさに切る。にんじんは、ななめ切り、油揚げは一口サイズに切る。
- ④ ②の鍋に③の具材を加えて、本枯れ和風だしを入れて煮る。具材がしんなりしてきたら、麦麴生みそと純米発酵調味料を加えてしっかり煮る。
- ⑤ ①のものを④にスプーンでおとし、少し煮たらできあがり。

今回買ったのは…



国産 麦麴生みそ
600g **720円**(667円)

長期熟成(7ヶ月以上)による芳醇な味と香りがあり、生きたままの酵母や乳酸菌を豊富に含んでいます。



純米発酵調味料
500ml **745円**(690円)
1.8L **1,814円**(1,680円)

伝統的な三河味噌の製法を継承。うるち米、もち米で醸造し、食塩を加えた本格調味料です。



本枯れ和風だし
箱入(8g×24) **1,080円**(1,000円)
袋入(200g) **886円**(820円)

本枯れ麹節と北海道産昆布の「旨味」がお料理を引き立てます。

ついつい、年末年始は暴飲暴食してまいがち…
「しいもの酵素」と「麦麴生みその発酵力」で胃腸を優しく労わりましょう!!

健康生活マルシマスタッフ
管理栄養士
沖本 真理



私が作りました

シリーズ 森羅万象の旅

(株)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

4 酸化は老化・眠りは死①

私たちが呼吸によって酸素を体内に取り込むと、酸素のうちの2パーセント程度は、水になる前に「活性酸素」となる。酸素原子(O)と水素原子(H)がひとつずつ結合したOH(ヒドロキシルラジカル)である。この物質は、もうひとつ水素イオン(H⁺)を取って水(H₂O)になろうとする力が強い。

この水素イオンを取るということがすなわち酸化であり、活性酸素は細胞や分子を酸化し傷つける。生きていくということは、体内で糖分などを酸化させてエネルギーを引き出していくということなのだが、その過程で必然的に生じる活性酸素が細胞を傷つけ破壊するのだ。そしてそのことが個体の老化につながっていく。

つまり、酸化という現象は老化を惹き起こさずには済まないものであり、生きていくという過程は、そのまま死んでいく過程でもあるのだ。



○×△コラム【分析では測れないもの】

数年前に台湾の宗教団体が生産している茶の有機認証するために日本の検査官と帯同したことがある。山中にある茶の製造工場で虫の混入を防ぐために粘着シートを天井から下げたりしているが勿論薬剤は使用しない。虫たりとも殺生はしないのである。もっとも彼らが注力しているのが「虫さん工場にこないで」と祈ることだそうだ。検査官は有機のマインドとして素晴らしいと！ この話を思い出したきっかけは…先般、トクホの関与成分が規定量に満たなかったことが発覚して消費者庁が全てのトクホを対象に関与成分量が許可申請通りかどうか調べたというニュースを聞いたときトクホは食品ではなく薬だと思った。食べ物には生産者が思いを込めた物語もあっていいと思う、それは分析では測れないもの。

(モクさん)

