

健康でこころ豊かな生活を応援します!



# 大地のししび

爽やかな季節の到来です!!

この時期にピッタリの商品を  
選んでみました。

このページの商品は  
4-5月限定商品です

## ★春の行楽に★

十勝産の金時甘納豆  
にしました。甘さの中にも  
豆の風味が生きています。



商品番号  
1

JAおとふけ 金時甘納豆

250g **315円**(税込)

## お豆の おやつ 特集

十勝産の白色の福白  
甘納豆にしました。  
お茶づけにぴったりです。



商品番号  
2

JAおとふけ 白金時甘納豆

250g **367円**(税込)

昔ながらの天日干しに  
こだわりました。  
甘さ控えめで、  
豆本来の風味が  
しっかりしています。



商品番号  
3

JA紀の里 黒大豆煮

200g **315円**(税込)

原材料はただちや豆と塩のみでとっても  
ヘルシー。美味しさもギュッとつまっています。



商品番号  
4

JA鶴岡  
殿様のだだちや豆(フリーストライ)

15g×2個 **716円**(税込)

良質の小豆の粉と上白糖  
だけを使った秋田の伝統  
菓子です。



商品番号  
5

秋田もろこし

160g **315円**(税込)

## ★北海道特集★

旬のトマト果汁を煮込  
んで製造しました。添  
加物等を全く使用して  
いないので、トマト本来  
のうま味を味わいたい  
かたにオススメです。

商品番号  
6

JA平取町  
「ニシバの恋人」  
トマトピューレ

200g **210円**(税込)



### ★「ニシバの恋人」とは?

ニシバとは、アイヌ語(北海道の原住民族)で、  
神士・旦那・金持ちをあらわします。ニシバが健  
康な体を保つために真っ赤に熟れたトマトを  
毎日食べて、恋人のように愛してしまったと言  
うストーリーからネーミングされています。  
平取町で真っ赤になるまで太陽の光を浴び、  
じっくりと大切に育ったトマトは甘みに  
富み、ビタミンA(カロチン)、  
B1、C、E類、ミネラル等が  
沢山含まれています。



トマト果汁にタマネギ、  
ニンニク等を調合して  
煮込みパンチの効いた  
味になっています。トース  
ト等にそのまま塗って  
お召し上がりいただけ  
ます。

商品番号  
7

JA平取町  
「ニシバの恋人」トマトケチャップ

320g **609円**(税込)



トマトの甘みとシナモン  
の味がマッチして食べや  
すく仕上げられています。  
二層になっている作りも  
珍しい一品です。

商品番号  
8

JA平取町  
「ニシバの恋人」トマトゼリー

125g **262円**(税込)



一口サイズのトマトゼリー  
です。食べやすく、トマトの  
味にラスベリー味の味を加え  
まろやかな仕上がります。

商品番号  
9

JA平取町  
「ニシバの恋人」甘熟トマトゼリー

21g×8個 **315円**(税込)



「平取町が誇る桃太郎  
トマトとびらとり和  
牛の幸福な出会い」を  
ご堪能いただけます。

商品番号  
10

JA平取町  
「ニシバの恋人」ミートソース

145g **500円**(税込)



# ドリンク

果汁100%ジュース、お茶、お水など、厳選された飲料を取り揃えております。



商品番号 **11**  
**JAみかん畑**  
 (ストレート)100%  
 195g×30缶 **2,250円**(税込)



商品番号 **12**  
**エコーブ**  
**りんごジュース**  
 (ストレート)  
 160g×30缶 **2,650円**(税込)



商品番号 **13**  
**エコーブ**  
**キャロット&フルーツ**  
 190g×30缶 **2,450円**(税込)



商品番号 **14** **新商品**  
**山形代表 もも100%**  
 190g×30缶 **3,300円**(税込)



商品番号 **15**  
**山形代表 ぶどう100%**  
 190g×30缶 **3,450円**(税込)

丹沢山麓などで育てられた、うま味と香り豊かな足柄茶を使用しています。



商品番号 **16**  
**足柄茶**  
**リシール缶** 490g×24缶  
**2,650円**(税込)

JAかながわ西湘管内の梅を使ったドリンクです。



商品番号 **17**  
**足柄茶** リシール缶  
 290g×24缶  
**2,470円**(税込)

大分県臼田市の深い深い地層の下から汲み上げられたミネラルウォーターです。



商品番号 **19**  
**日田天領水** 500ml×24本  
**3,700円**(税込)

## スープ

身も心も温まるスープ。



商品番号 **23**  
**エコーブ**  
**たまごスープ**  
 8.5g×20袋  
**1,680円**(税込)



商品番号 **24**  
**エコーブ**  
**トマト&やさいスープ**  
 10g×10袋  
**1,050円**(税込)

## 神奈川県

地元で人気の商品です。



商品番号 **20**  
**曾我の梅干 立樽(秀品)**  
 400g **987円**(税込)



商品番号 **21**  
**梅の里のジャム**  
 (JAかながわ西湘)  
 200g **370円**(税込)



商品番号 **22**  
**ブルーベリージャム**  
 (JAかながわ西湘)  
 200g **535円**(税込)

スープやみそ汁、サラダや和え物にもどうぞ。



商品番号 **25**  
**スープ用**  
**糸寒天** 30g  
**435円**(税込)

「スープ用糸寒天」を使ったお料理レシピ「和風れんこんハンバーグ」

【材料】(2人分)  
 スープ用糸寒天……4g 大根おろし……大さじ4  
 豚赤身ひき肉……100g 大葉……2枚  
 れんこん……50g ポン酢醤油……大さじ4  
 玉ねぎ……50g きゅうり、パプリカ(赤・黄)……各30g  
 塩・こしょう……少々 れんこん……20g

【作り方】

- ① きゅうりとパプリカは食べやすい大きさに切っておきます。れんこん20gは1cmくらいの厚さに切り、酢水につけてアクをとった後、醤油と一緒にフライパンで焼きます。
- ② たつぷりの水に「スープ用糸寒天」を入れ、10～20分ほど水でもどします。水気をしっかり切り、みじん切りにします。
- ③ 玉ねぎはみじん切りに、れんこん50gは皮をむいて5mm角くらいに切り、酢水につけます。
- ④ ひき肉に②、③と塩・こしょうを入れて、よく混ぜ合わせます。
- ⑤ 2等分して円形を整え、熱したフライパンで両面をこんがり焼き、ふたをして中まで火を通します。
- ⑥ 器にハンバーグを盛りつけ、大根おろしと刻んだ大葉をのせてポン酢醤油をかけ、①の野菜を添えます。



## はちみつなど



商品番号 **26**  
**エコーブ**  
**日本のはちみつ**  
 500g **2,300円**(税込)



商品番号 **27**  
**エコーブ**  
**純粋はちみつ**  
 1kg **1,575円**(税込)

「Aはちみつ」で作るお料理レシピ「はちみつ梅みそ」

【材料】  
 Aはちみつ……1kg  
 完熟梅……1kg  
 みそ……1kg

【作り方】

- ① 完熟梅をよく洗い、へたをとる。
- ② 鍋に、梅、はちみつ、みそを入れる。
- ③ かき混ぜながら、とろ火で30～40分炊く。
- ④ 熱いうちに種ごと保存ビンに入れる。  
 ※青梅でもOKです。  
 ※500gの保存ビンで約5本できます。  
 開封後は要冷蔵なので小分けでの保存がオススメです。



商品番号 **28**  
**エコーブ**  
**純粋はちみつ**  
 2kg **3,150円**(税込)



商品番号 **29**  
**エコーブ**  
**純粋はちみつ ワンタッチ**  
 300g **820円**(税込)



商品番号 **30**  
**エコーブ**  
**柚子と生姜と花梨のはちみつドリンク**  
 300ml **790円**(税込)

ストレートタイプの飲みやすいお酢です。果汁入り。



商品番号 **31**  
**エコーブ**  
**はちみつ のむ酢うめ**  
 720ml×2本 **1,450円**(税込)



商品番号 **32**  
**エコーブ**  
**はちみつ のむ酢りんご**  
 720ml×2本 **1,450円**(税込)



商品番号 **33**  
**エコーブ**  
**青汁**  
 45g(3g×15袋) **698円**(税込)

## 大地のレシピに掲載されているマークのご紹介

### 商品に関する表示

- 新商品** 新商品です。
- 新登場** 大地のレシピ初掲載商品です。
- 大好評** 大好評の商品です。
- JAおすすめ** JAおすすめの商品です。
- 生活モニター会員メンバーさんのオススメ商品** 生活モニター会員メンバーさんのオススメ商品です。

### アレルギーに関する表示

食品衛生法により表示が義務付けられている特定原材料

- 卵を使用しています。
- 乳製品を使用しています。
- 落花生を使用しています。
- 小麦を使用しています。
- そばを使用しています。
- えびを使用しています。
- かにを使用しています。

※上記金額は、消費税が含まれております。包材は変更のため、写真と包材が異なる場合があります。写真の調理例、盛り付けはイメージ撮影のため、商品に含まれないものが使用されています。ご了承ください。

# 乾麺・即席麺

コシが自慢のうどん&そば、らーめんなどの麺のコーナーです。

**国内産小麦・米粉使用**

北海道産小麦粉に焙煎した国産玄米粉を加えました。焙煎した玄米の香ばしさとお米のモチリ感をお楽しみいただけます。

商品番号 **34**

**玄米こがしうどん**

200g×10入 **1,940円** (税込)

透明感があり、食感(もちもち感・どごし・こしの強さ)の良い麺です。

早茹でタイプ(茹で時間4分)

北海道産小麦粉使用

商品番号 **35**

**季のうどん**

200g×10入 **1,400円** (税込)

早茹でタイプ(茹で時間2分)

北海道産小麦粉使用

夏にピッタリ! 「季」シリーズのそうめんです!

透明感があり、食感(もちもち感・どごし・こしの強さ)の良い麺です

商品番号 **36**

**季のそうめん**

200g×25入 **3,300円** (税込)

小麦粉は国内産、黒酢入りスープはなめらかな味わいです。

商品番号 **37**

**エコーブ 国産小麦粉づくりの冷し中華** 250g×8入

**1,340円** (税込)

昔ながらの手延製法により、丹精込めて仕上げました。

商品番号 **38**

**エコーブ 国産小麦使用手延そうめん** 250g×8入

**2,520円** (税込)

なめらかなでコシが強く、歯応えのある麺に仕上げました。

商品番号 **39**

**エコーブ そうめん** 250g×20入

**2,520円** (税込)

なめらかなでコシが強い麺に仕上げました。

商品番号 **40**

**エコーブ ひやむぎ** 250g×20入

**2,470円** (税込)

厳選した小麦粉を使用し、なめらかなでどごしの良い麺に仕上げました。

商品番号 **41**

**特級そうめん** (和紙包装) 250g×20入

**2,950円** (税込)

厳選した小麦粉を使用し、なめらかなでどごしの良い麺に仕上げました。

商品番号 **42**

**特級ひやむぎ** (和紙包装) 250g×20入

**2,950円** (税込)

細めの丸麺で、どごしのよい麺です。

商品番号 **43**

**エコーブ 丸細うどん** 250g×20入

**2,440円** (税込)

吟味された小麦粉を使用。つるつるしこしこ感がおいしい。

商品番号 **44**

**エコーブ 手振りうどん** 500g×6入

**2,130円** (税込)

厳選した小麦粉を使用し、「コシのある麺」に仕上げました。

商品番号 **45**

**特級うどん** (和紙包装) 250g×20入

**2,940円** (税込)

細めの丸麺で、どごしのよい麺に仕上げました。

商品番号 **46**

**特級丸細うどん** (和紙包装) 250g×20入

**2,940円** (税込)

良質なそば粉と山芋粉をじっくり練り上げました。

商品番号 **47**

**丹沢山芋そば** (和紙包装) 250g×20入

**4,480円** (税込)

挽きたでの丸抜き全粒そば粉と小麦粉を同割使用。

商品番号 **48**

**エコーブ 信州手振りそば** 500g×6入

**2,160円** (税込)

風味豊かなそば粉を使用。コシが強く歯ごたえのよいそばです。

商品番号 **49**

**エコーブ 丹沢そば(山芋粉入り)** 250g×20入

**3,670円** (税込)

「コシのある麺」でたてを、お召し上がり下さい。

商品番号 **50**

**丹沢そばそうめん** (和紙包装) 200g×25入

**4,800円** (税込)

**Aつゆの特徴**

ココのある甘みの「黒砂糖」やさいい甘みの「甜菜糖」

「本醸造しょうゆ」

鯉節と宗田節から抽出した、風味豊かな「だし」

甘めに仕上げたやわらかい味わいのつゆで、うどんやそばのつゆとして、また煮物などの味つけなど幅広くお使いいただけます。

商品番号 **51**

**エコーブ つゆ(3倍濃縮)** 1L **498円** (税込)

白しよつゆに、かつお節や昆布だしをバランスよくブレンドした濃厚白だしです。いろいろなお料理がおいしくきれいに仕上がります。

商品番号 **52**

**テノ料理用 白だし** 600ml

**580円** (税込)

**即席麺**

商品番号 **53**

**エコーブ たぬきうどん** 186g×10入

**1,260円** (税込)

商品番号 **54**

**エコーブ カレーうどん** 188g×10入

**1,155円** (税込)

商品番号 **55**

**エコーブ かけうどん** 179g×10入

**1,050円** (税込)

大豆醤油

商品番号 **56**

**エコーブ 国産小麦粉づくりの醤油らーめん** 226g×6入

**1,220円** (税込)

信州味噌

商品番号 **57**

**エコーブ 国産小麦粉づくりの味噌らーめん** 230g×6入

**1,220円** (税込)

梅酒・梅シロップ・果実酒に!!



商品番号 **58**  
 エーコーブ 氷砂糖(果実梅酒用)  
 1kg **450円**(税込)



商品番号 **59**  
 エーコーブ 上白糖  
 1kg×2袋 **504円**(税込)



商品番号 **60**  
 エーコーブ 三温糖  
 1kg×2袋 **567円**(税込)



商品番号 **61**  
 エーコーブ 本醸造 特選しょうゆ  
 1L×2本 **644円**(税込)

天然醸造



商品番号 **62**  
 エーコーブ 天然醸造しょうゆ(国産丸大豆使用)  
 1L **397円**(税込)

国産大豆、国産米を使ったお味噌です。



商品番号 **63**  
 農協の赤みそ  
 750g×4入 **1,630円**(税込)

国産大豆を脱皮して使用。色、つや、きめが特徴です。



商品番号 **64**  
 農協の白みそ  
 750g×4入 **1,630円**(税込)

素材のおいしさをそのままバックしました。



商品番号 **65**  
 エーコーブ だしパック  
 6g×30袋 **971円**(税込)

香り・コクのある液体濃厚だしです。



商品番号 **66**  
 エーコーブ かつおだし(50倍濃厚)  
 400ml **588円**(税込)

「5倍濃厚」特選しょうゆをベースにかつお節などのだしとうまみをブレンドした濃厚調味料です。和風・洋風・中華を問わず幅広くご利用いただけます。



商品番号 **67**  
 テンヨのだしつゆ ビミサン  
 1L **649円**(税込)

圧搾製法による二番搾り。なたね油のみを使用しました。



商品番号 **68**  
 エーコーブ 一番搾りキャノーラ油  
 1000g **393円**(税込)

チリ産のぶどうからつくられたオイルです。



商品番号 **69**  
 エーコーブ ぶどうのオイル  
 460g **980円**(税込)

吟味した原料を焙煎して豊かな風味に仕上げました。



商品番号 **70**  
 エーコーブ 純正ごま油  
 300g **399円**(税込)

清酒・本みりんの醸造技術により造りだされた発酵調味料です。



商品番号 **71**  
 エーコーブ 新調味みりん風  
 900ml **525円**(税込)

国産米使用。添加物は不使用のため、素材を活かすお料理に最適です。



商品番号 **72**  
 エーコーブ 純米料理酒  
 1L **378円**(税込)

鍋・和え物・サラダにたっぷり。



商品番号 **73**  
 エーコーブ ごまだれ  
 300ml **550円**(税込)

有機いりごま使用



商品番号 **74**  
 エーコーブ マヨネーズ  
 400g×2本 **441円**(税込)

国産かきを丸ごとすりつぶしました。



商品番号 **75**  
 エーコーブ オイスターソース  
 230g **441円**(税込)

チリ産ぶどうのオイルでつくったドレッシングです。



商品番号 **76**  
 エーコーブ ぶどうのオイルドレッシング(ごま)  
 300ml **509円**(税込)

国産米を主原料としています。



商品番号 **77**  
 エーコーブ 食酢 900ml  
**247円**(税込)

らっきょう以外にしょうが、みょうが、かぶ、大根等もおいしく漬かります。



商品番号 **78**  
 エーコーブ らっきょう酢  
 1.8L **897円**(税込)

国産りんご果汁のさわやかな香りを大切にしました。



商品番号 **79**  
 エーコーブ りんご酢  
 720ml **404円**(税込)

穀物酢に、おいしく味付け。甘酢漬けが手軽に!



商品番号 **80**  
 エーコーブ 漬けもの酢  
 1L **561円**(税込)

「A漬けもの酢」を使ったお料理レシピ  
**「こんにゃくのマリネ」**

【材料】(4人分)  
 刺身こんにゃく(白)..... 150g  
 塩..... 少々  
 焼きかまぼこ..... 1板  
 セロリ..... 1本  
 レモン..... 1/3個

☆マリネ液☆  
 A漬けもの酢..... 大さじ4  
 Aぶどうのオイル..... 大さじ2  
 塩..... 小さじ1/4  
 こしょう..... 少々

【作り方】  
 ① マリネ液の調味料を合わせる。  
 ② こんにゃく...薄切り  
 焼きかまぼこ...薄切り  
 セロリ.....スジを取って斜め薄切り  
 レモン.....半月切り  
 ③ こんにゃくは塩を加えた沸騰湯に入れ、再び沸騰したら湯をきり、そのまま炒りして水分をとばし、熱いうちに①に漬ける。  
 ④ こんにゃくの粗熱がとれたら、焼きかまぼこ、セロリ、レモンを加えて冷蔵庫で冷やして味をなじませ、器に盛り付ける。



梅のさわやかドリンクを手作りでお楽しみいただけます。完熟梅が最適です。




商品番号 **81**  
 エーコーブ 梅を漬けて飲みます 500ml  
**425円**(税込)

◆使いかた  
 ① 黄色く色ついた梅を洗い、しっかり水切りします。  
 ② 梅 250g:本品 500ml (1:2)で1~2週間漬け込み、梅を取り出します。水、牛乳、炭酸水等で2~3倍に薄めてお飲みください。(お好みで加減してください。)  
 ※その他、フルーツや柑橘類などのサワードリンクや、酢料理にもご利用いただけます。

「A梅を漬けて飲みます」を使ったお料理レシピ  
**「梅ジャム」**

【材料】  
 漬けた梅(種付き)..... 250g  
 砂糖..... 80g(梅の重さの約1/3)  
 漬けていた酢..... 大さじ1・1/2

【作り方】  
 ① 液から取り出した梅を鍋に入れ、かぶるくらいの水を加えて、加熱する。沸騰したら中火で4~5分加熱してザルに上げ、水気を切る。  
 ② 梅を鍋に戻し入れ、分量の砂糖、酢を加え、梅をつぶしながら煮る。  
 ③ 実がつぶれてきたら、種を取り出し、トロっとするまで煮詰める。



米酢においしく味付け。酢の物がすぐできます。



商品番号 **82**  
 エーコーブ 味つけ酢  
 1L **561円**(税込)

米酢とはちみつベースの調味料です。ドレッシング、野菜漬け、マリネなど、いろいろ使えて便利です。



商品番号 **83**  
 食菜酢  
 360ml **525円**(税込)

# 手作り食品・加工品の素・定番粉商品

手作りのデザートが手軽で簡単に作れます。

 <b>商品番号 84</b> <b>新商品</b> エコーブ ゼリーの素 ぶどう味 125g×3袋 <b>490円</b> (税込)	 <b>商品番号 85</b> <b>新商品</b> エコーブ ゼリーの素 抹茶 100g×3袋 <b>580円</b> (税込)	 <b>商品番号 86</b> エコーブ ゼリーの素 クール 125g×5袋 <b>710円</b> (税込)	 <b>商品番号 87</b> エコーブ ゼリーの素 青りんご味 125g×5袋 <b>710円</b> (税込)	 <b>商品番号 88</b> エコーブ ゼリーの素 コーヒー 125g×5袋 <b>890円</b> (税込)	 <b>商品番号 89</b> エコーブ ゼリーの素 いちご味 125g×5袋 <b>710円</b> (税込)
--	--	--	---	---	---

 <b>商品番号 90</b> <b>特製ソース付</b> エコーブ ババロアの素 バニラ味 75g×3袋 <b>590円</b> (税込)	 <b>商品番号 91</b> <b>特製ソース付</b> エコーブ ババロアの素 ヨーグルト味 75g×3入 <b>590円</b> (税込)	 <b>商品番号 92</b> <b>特製ソース付</b> エコーブ ババロアの素 抹茶 75g×3袋 <b>630円</b> (税込)	 <b>商品番号 93</b> エコーブ 杏仁豆腐の素 75g×3袋 <b>580円</b> (税込)	 <b>商品番号 94</b> かんてんばば 牛乳寒天の素 100g×3袋 <b>730円</b> (税込)	 <b>商品番号 95</b> エコーブ プリンの素 50g×5袋 <b>525円</b> (税込)
---	---	---	---	---	---

 <b>商品番号 96</b> エコーブ かんてん(無色) (4g×4袋)×2袋 <b>476円</b> (税込)	 <b>商品番号 97</b> エコーブ ミルクメーカー 60g(5g×12入)×2袋 <b>347円</b> (税込)	 <b>商品番号 98</b> エコーブ 抹茶きなこ 160g×2袋 <b>787円</b> (税込)	 <b>商品番号 99</b> エコーブ 国内産うるち米 上新粉 200g×2袋 <b>436円</b> (税込)
---	--	--	---

**お団子の他にもこんな使い方ができます**

A上新粉を使ったお料理レシピ  
**「ココナッツチュール」**

**【作り方】**

- ① ボウルに砂糖、塩、牛乳を入れてよく混ぜます。
- ② 卵白、ココナッツファイン、ラム酒を加え、混ぜ合わせます。
- ③ ②に上新粉をふるい入れ、よく混ぜ合わせます。
- ④ オープンペーパーを敷いた天板の上に直径6~8cmの丸形を置き、水をつけたフォークで③のたねを均一に敷きこみます。
- ⑤ 170~180℃のオープンで約10分焼きます。  
 ※丸形はボール紙などをくり抜いて作りましょう。

**【材料】(15枚分)**

A上新粉 …………… 15g  
 砂糖 …………… 100g  
 塩 …………… 少々  
 牛乳 …………… 50ml  
 卵白 …… 1個分(25~30g)  
 ココナッツファイン …… 100g  
 ラム酒 …………… 小さじ1/2

 <b>商品番号 100</b> エコーブ むしパンミックス 1.5kg <b>760円</b> (税込)	 <b>商品番号 101</b> エコーブ くろむしパンミックス 1.5kg <b>1,010円</b> (税込)	 <b>商品番号 102</b> エコーブ 米粉を使ったお好み焼粉 600g(200g×3) <b>609円</b> (税込)	 <b>商品番号 103</b> エコーブ 国産米粉ミックス 600g(200g×3) <b>682円</b> (税込)	 <b>商品番号 104</b> エコーブ 小麦粉(薄力粉) 1kg <b>235円</b> (税込)
--	--	--	--	--

**注目の米粉を使ったお料理レシピのご紹介**

国産米粉ミックス・料理コンテスト 料理部門・最優秀賞レシピ

**「アスパラパン」**

最近、注目の「米粉」!  
 米粉は私たちの日々の食卓に欠かせないお米を粉にしたものです。最近では米粉を使用した商品を目にする機会が多くなり、大地のレシピでもいくつか取扱っています。今回はそのなかから、過去に開催された「エコーブ国産米粉ミックス」を使った料理コンテストで、料理部門の最優秀賞に輝いた「アスパラパン」のレシピをご紹介します。

**★使用する食材(6個分)★**

**【皮】**

A国産米粉ミックス …… 200g  
 ベーキングパウダー …… 小さじ1  
 砂糖 …………… 大さじ1  
 塩 …………… 小さじ1/3  
 オリーブオイル …… 大さじ1  
 A(アスパラ(生のまま) …… 30g  
 水 …………… 80ml

**【具】**

アスパラ(斜め薄切り) …… 60g  
 ベーコン薄切り(短冊切り) …… 3枚  
 塩・こしょう …………… 各少々  
 とろけるチーズ …………… 60g

**★作り方(調理時間 約30分)★**

5×10cmのクッキングペーパーを6枚用意します。

- ① 皮をつくります  
 Aをミキサーにかけて、ボウルに皮の材料と合わせて入れこね、ひとまとめにします。ラップをかけ冷蔵庫で休ませます。
- ② 具を炒めます  
 フライパンにアスパラとベーコンを入れて軽く炒め、塩・こしょう、6等分します。
- ③ 包みます  
 ①の生地を6等分にし、直径12cmくらいの円に薄くのばし、とろけるチーズと②を包み、形を整え、閉じ目を下にしてクッキングペーパーの上に置きます。同じものを6つ作ります。
- ④ 蒸し焼きにします  
 フライパンに③を隙間をあけて並べ、中火にかけます。生地に薄く焼き色がついたら、フライパンの1/5くらいの高さまで水を加え、蓋をして5分蒸し焼きにします。蓋を開け、フライパンを揺すり中の水分をとばします。



国内産小麦粉を使用  
 カラッとサクッと  
 仕上がります。

**商品番号 105**  
 エコーブ  
 あげらく天(天ぷら粉)  
 1kg **498円**(税込)

焙煎式製法で焼いた  
 パン粉専用パンから  
 作りました。

**商品番号 106**  
 エコーブ  
 パン粉  
 400g×2袋 **396円**(税込)

こちらで使用した「エコーブ国産米粉ミックス」は **商品番号 103** にあります。ぜひ、お試しください!

# ごはんのお供・漬物の素

あたたかいごはんと一緒にどうぞ。

**新商品** **蒸し野菜の素 (カレー風味) の使いかた**

準備するもの: お好みの野菜 400g + 耐熱容器 もしくは蒸し器 + A蒸し野菜の素 小袋1袋(15g)

使い方:

- 野菜400gを適当な大きさに切ります。  
※火の通りにくい野菜と一緒に加熱する場合は小さめに切ってください。
- 切った野菜を耐熱容器に入れ、電子レンジで野菜を蒸します。  
※機種によって加熱時間が異なる場合がございますので、お好みで調節してください。  
※高温になりますので、取扱いは十分にご注意ください。
- 蒸した野菜に「A蒸し野菜の素」(15g)1袋をふりかけ、混ぜ合わせてできあがりです。  
※温かいうちに素と混ぜていただくと素と野菜がよくなじみます。

商品番号 **107**  
Eーコープ 蒸し野菜の素(カレー風味) 60g(15g×4袋) **278円**(税込)

あたたかいごはんと一緒にどうぞ。

商品番号 **108**  
Eーコープ はちみつ使用 のり佃煮 130g **397円**(税込)

国内産の雑穀を10種類使用しています。

商品番号 **109**  
Eーコープ 十穀ごはんの素 125g(25g×5袋) **498円**(税込) **新商品**

国産もち米と国産小豆を使用した炊きたくわえが簡単にできます!

商品番号 **110**  
Eーコープ 炊飯器で赤飯おこわ 2合用 390g **397円**(税込)

三陸産わかめを40%以下の食塩で仕上げました。

商品番号 **111**  
Eーコープ 三陸産 生わかめ 300g **1,050円**(税込)

三陸産の乾燥わかめを使いやすい大きさにカットしています。

商品番号 **112**  
Eーコープ 三陸産 カットわかめ 30g **448円**(税込)

国内産昆布をうすい削りて仕上げた香り高い昆布です。

商品番号 **113**  
Eーコープ とろろ昆布 40g×2袋 **480円**(税込)

まぜ合わせるだけで簡単に作った煮が作れます。

商品番号 **114**  
Eーコープ 手作りつくだ煮 150g×2袋 **934円**(税込)

さけとわかめのまぜごはんが簡単にできます。

商品番号 **115**  
ベジレンド さけ味まぜわかめ 60g **409円**(税込)

しそ風味のわかめごはんが簡単にできます。

商品番号 **116**  
ベジレンド しそ風味まぜわかめ 80g **409円**(税込)

厳選した南高梅をうす塩味に仕上げました。素朴で味わいのある紀州南高梅干です。

塩分 約6%

商品番号 **117**  
紀州 南高梅 [うす塩味] 600g **2,600円**(税込)

やわらかく、口当たりのやさしい、人気の紀州南高梅です。

塩分 約8%

商品番号 **118**  
紀州 南高梅 [しそ漬うす塩味] 600g **2,700円**(税込)

刻んだ野菜にまぜるだけでおいしいキムチ漬けができます。

商品番号 **119**  
Eーコープ キムチ漬の素 25g×5袋 **439円**(税込)

風味豊かな色合いのなす漬けが、簡単にできます。

商品番号 **120**  
Eーコープ なす漬の素 30g×8袋 **483円**(税込)

風味豊かなきゅうり漬けが手軽に簡単にできます。

商品番号 **121**  
Eーコープ きゅうり漬の素 25g×6袋 **483円**(税込)

ダイコンを切り、甘酢漬の素と添付の五倍酢で漬けるだけ。

商品番号 **122**  
Eーコープ 大根の甘酢漬の素 240g×2袋 **546円**(税込)

野菜を刻んで、手軽に簡単に漬けられます。

商品番号 **122** **大好評**  
ベジレンド あっさり漬の素 30g×14袋 **714円**(税込)

おいしいしぼ漬けが手軽に簡単にできます。

商品番号 **123**  
Eーコープ 桜しば漬の素 25g×6袋 **483円**(税込)

おいしいわさび漬けが簡単にできます。

商品番号 **124**  
わさびで漬ける なす・きゅうり 30g×5袋 **380円**(税込)

おいしいからし漬けが簡単にできます。

商品番号 **125**  
からしで漬ける なす・きゅうり 30g×5袋 **380円**(税込)

商品番号 **126**  
Eーコープ 大根の甘酢漬の素 240g×2袋 **546円**(税込)

商品番号 **127**  
ベジレンド 厚生塩 1kg×5袋 **1,470円**(税込)

## お菓系

こだわりの菓子です。

**新商品** 4種類のおかき・お煎餅を詰め合わせました。お茶請けにどうぞ。

・醤油おかき:12枚 ・青のりおかき:12枚  
・堅焼醤油:6枚 ・堅焼海苔はり:6枚

商品番号 **129**  
茶話ごのみ 36枚 **1,029円**(税込)

醤油の味が香ばしい、せんべい通にピクパリの味。鮮度を保つ一枚包装になっています。

商品番号 **130**  
香り一番 厚焼き醤油 無選別 6枚×4袋 **1,080円**(税込)

昔ながらの素朴な味にこだわった風味豊かな揚げ餅です。

商品番号 **131**  
みのり揚 32.5g×16袋 **1,029円**(税込)

漬物・料理・味噌作り用にどうぞ。

商品番号 **127**  
ベジレンド 厚生塩 1kg×5袋 **1,470円**(税込)

海藻の旨みたっぷりの藻塩が季節の食材の味を引き立てます。

商品番号 **128**  
淡路島の藻塩(茶) 1kg **1,600円**(税込) **お徳用サイズ**

海老味と塩味、2種類のふんわりサクサクな揚げせんべいの詰め合わせです。

商品番号 **132**  
揚せん詰合わせ 52枚 **1,029円**(税込)

一枚一枚、丁寧に焼き上げた本格派煎餅の詰め合わせです。

商品番号 **133**  
はえぬきせんべい 5種入 **1,155円**(税込)

さつぷりとした食感の黒かりんとうです。

商品番号 **134**  
こだわりのかりんとう 80g×8袋 **1,029円**(税込)

国産小麦粉に米粉を加えて、米油でカリッと仕上げました。

商品番号 **135**  
Eーコープ 米粉でカリッとかりんとう 60g×10袋 **1,155円**(税込)

5種類の味が楽しめる、かりんとうの詰め合わせです。

商品番号 **136**  
かりんとう家族 JA-5 5種入 **1,029円**(税込)

※上記金額は、消費税が含まれております。包装は変更のため、写真と包装が異なる場合があります。写真の調理例、盛り付けはイメージ撮影のため、商品に含まれないものが使用されています。ご了承ください。

衣替えのシーズンに!! 大切な衣類を守ります。

においがつかない。

効果は1年間

商品番号 137

エコーブ 防虫剤 ビレスライト(引出・衣装箱用)

16個入 724円(税込)



においがつかない。

効果は1年間

商品番号 138

エコーブ 防虫剤 ビレスライト(洋服ダンス用)

3個入 619円(税込)



プロポリスと天然ハーブからつくられた、お肌にやさしい無香料・無着色・自然派・植物性のクリームです。ひじ・ひざ・かかとの角質化やボディの乾燥、男性のひげそりあとのお手入れなど、ご家族全員でご使用いただけます。

商品番号 139

プロハーブ EMクリームII

140g 1,890円(税込)



ヒアルロン酸、西洋ハーブエキス、アロエエキス配合

クリーミーなびでお肌にうるおいを与えます。はっ水性(水をはじく力)が高く肌あれから守ります。

商品番号 140

エコーブ カネクタンド

90g 525円(税込) 医薬部外品



環境にやさしいラップです。

燃やしても塩素ガスやダイオキシンを発生しないポリエチレンを使用しています。野菜や果物のみずみずしさをつつみます。

商品番号 141

エコーブ ポリエチレンラップ

(30cm×50m)×3 420円(税込)



米発酵エキスと天然ヤシ油から生まれました。洗浄力が高く、手と環境にもやさしい台所用洗剤です。

商品番号 142

エコーブ 台所用洗剤 キッチンクリーン88

600ml×3本 1,307円(税込)



植物系活性剤を主成分として配合しています。きなり、色ものに安心して使えます。

・洗剤を溶けやすくする溶解促進剤を配合。  
・水に溶けた汚れの衣類への再汚染を防ぎます。

商品番号 143

エコーブ スーパーナチュラルホワイト

1.5kg×4 3,330円(税込)



油よこれ・泥よこれもスッキリ! 水に溶けやすく、泡ざれのよい石鹸です。

商品番号 144

エコーブ 衣料用複合液体せっけん JAセット

[本体]2L×1本 [詰替用]1L×3袋 2,964円(税込)



商品番号 145

エコーブ 蚊取線香

60巻 1,008円(税込)

効果は約7時間持続します

お肌の弱いかにやさしい"しっとり感"を追求したティッシュです。

商品番号 146

クリネックス ローションティッシュ X

180組×10箱 2,250円(税込)



再生パルプ100%使用。水に溶けやすくソフトな使用感です。

商品番号 147

エコーブ トイレットロール (シングル・65m)

4ロール×24パック入

24パック

3,276円(税込)



商品番号 148

エコーブ トイレットロール (ダブル・32.5m)

4ロール×24パック入

24パック

3,276円(税込)



ゴミになる紙芯の無駄を省きました。

ご注意:芯なしロールには専用の芯が必要となる為、お持ちでない方はお近くのJAにお問合わせ下さい。尚、ワンタッチホルダーには使用できませんので、ご了承下さい。

商品番号 149

エコーブ 芯なしロール (シングル・100m)

6ロール×6パック入

6パック

2,593円(税込)



商品番号 150

エコーブ 芯なしロール (ダブル・50m)

6ロール×6パック入

6パック

2,593円(税込)



健康生活は歯が命 4月18日よい歯の日



薬用ハイドロキシアパタイトは...

むし歯・歯周病の原因である歯垢を吸着除去し、初期むし歯※・微小欠損を修復(再石灰化)します。

むし歯になってしまった歯は元に戻せませんが、《初期むし歯》の段階なら元通りの健康な歯に戻すことができます。  
※《初期むし歯》とは、むし歯になる一歩手前の状態を示しますが、見た目には健康な歯と区別がつかいません。

- 効能・効果
- 歯を白くする
  - むし歯の発生及び進行の予防
  - 歯槽膿漏の予防
  - 歯肉炎の予防
  - 口臭の防止
  - 口中を浄化する
  - 口中を爽快にする
  - 歯石の沈着を防ぐ



商品番号 151

エコーブ 薬用歯みがき アパナチュール

135g 1,449円(税込)



商品番号 152

エコーブ 薬用歯みがき アパナチュール

40g 500円(税込)



アパナチュール歯ブラシの特長

- 小さなヘッド、長いネックで奥までしっかり磨けます。
- 先細と通常のツインブラシ毛で歯面だけでなく、奥にも毛先が入ってキチンと磨けます。
- 太くて持ちやすく、小さな力でしっかり磨ける極太八角形グリップ。

1本ずつ包装されているので清潔です。



商品番号 153

エコーブ アパナチュール 歯ブラシ

商品番号 154

5本セット-各 1,029円(税込)

パールライスからのご案内 最寄りのJAがパールライス倶楽部のこだわりのお米をお届けします!!

天恵米 新潟コシヒカリ

JAが誇る最上位グレード、天恵米の名にふさわしい上質なコシヒカリをお届けします。

新潟県産 コシヒカリ 10割使用

JA安心 福島会津コシヒカリ

周囲を山々に囲まれた会津地域ではその寒暖差で良質のお米が栽培されています。

JA会津みどり コシヒカリ 10割使用

JA安心 秋田あきたこまち

秋田でも有数の豪雪地帯で、厳しい環境にありながら豊富な水と肥沃な大地を生かした米を栽培しています。

農業削減栽培米 JAあきた北あきたこまち 10割使用

JA安心 若手ひとめばれ

若手県南に位置する阿部地域は、前沢牛でも有名な酪農地帯で、堆肥をふんだんに取り入れた田んぼでお米を栽培しています。

農業削減栽培米 JA若手ふるさとひとめばれ 10割使用

パールライス倶楽部 会員様向けイベント開催中!

パールライス倶楽部に入会すれば、田植え、稲刈り体験だけでなく、ブルーベリー狩り、メイク教室、クリスマスアレンジメント教室など、イベントが盛りだくさん!!



今月の本棚

楽しく役に立つ本を  
特別価格にてご提供!

提供出版社  
PHP研究所

靴屋本店の塩麹レシピ

浅利妙峰 著

A5判 / 全112ページ

塩麹を広めた靴屋さんが教える、美味しいレシピ

300年続く靴屋さんの食卓に毎日並ぶ、簡単に体にいい料理の絶品レシピ74品を初公開します。



- レシピがわかる
- 豆の塩麹サラダ
  - 塩麹のうま煮揚げ
  - 麹のドレッシング ほか

酒も醤油も使わずに作る  
滋味深い漬物  
もろみのピクルス



特売の肉をおいしくする  
魔法のレシピ

家に帰って、ささっと  
作れるお漬け物

商品番号 155 1,200円(税込)

浜内千波の1時間で1週間分[楽うま]作りおきおかず

浜内千波 著

B5変型判 / 全160ページ

手間いらずのアレンジで、毎日ラクラク!

休日に1週間分の夕食を  
1時間で作りおきし、平日は  
アレンジするだけ。忙しい  
人のためのレシピ集。



楽うま

- 合びき肉の塩もろろで……塩もろろチャーハン
- フライパンで作るローストビーフで……ローストビーフのにぎり寿司
- 野菜たっぷりのお豆腐で……炒り豆腐の油揚げつゆ ほか

170の簡単レシピ

商品番号 156 1,200円(税込)

ホームベーカリーで作る ごはんパン

大庭英子 著

B5判 / 全80ページ

残りごはんでもっちり焼きだてパン!

ホームベーカリーの新常識!  
冷ごはんを加えるだけで、  
もっちりふんわりなパンが  
手軽に作れます!



あんこの  
プチごはんパン

商品番号 157 1,200円(税込)

腕と手をもむと健康になる

大谷由紀子 著

A5変型判 / 全112ページ

手は第2の脳! 眠っている働きを呼び覚ませよう

肩コリが楽になる、リ  
ラックス効果で疲労回復  
など、ココロとカラダの  
不調をとる方法を紹介。

- 本書の内容
- はたらきものの腕と手にある反射区マップについて紹介
  - マッサージや気功を取り入れ、腕や手の体操を紹介
  - めぐりがよくなった腕や手に色の変化効果的に取り入れる方法を紹介 ほか



商品番号 158 1,200円(税込)

老眼は「脳のトレーニング」で回復する

本部千博 著

A5判 / 全144ページ

新聞や携帯メールが読みづらくなった人に

あきらめるのはまだ早い!  
目の老化は、脳と目の使い方に原因があった。  
目に効く脳トレを紹介。



商品番号 159 1,200円(税込)

【図説】面白くてためになる! 日本のしきたり

永田美穂 監修

新書判 / 全160ページ

お辞儀がいつ頃から  
あったかご存じですか?

日本古来の年中行事から、日常  
の習慣まで、その由来と正しい  
作法を図と写真で詳しく解説。



商品番号 160 1,000円(税込)

お客様へ

注文及びお問合せは最寄の支店へ電話でお願い致します。

J A相模原市管内以外からのお申込は別途宅送料が発生いたします。

請求書を送付後、入金確認しましたら商品を発送いたします。

J A相模原市 購買課 Tel042-755-2111 (代)

新磯支店	046-251-0077
上溝支店	042-762-0029
大沢支店	042-761-3441
大野支店	042-752-1270
相原支店	042-771-5551
麻溝台支店	042-743-2155

麻溝支店	042-778-0230
田名支店	042-762-0057
旭支店	042-771-1588
淵野辺支店	042-752-2076
中央支店	042-752-9427
相模大野支店	042-742-3374