



調理素材

煮豆、昆布巻き、栗きんとん、田作りなど、ひとつからでも手作りしてみるのはいかがでしょうか？
 今回のみの商品もありますので、ご注文忘れのないようご注意ください。

はじめよう！「健康で経済的なくらし」

2022年12月2回

joso

注文提出

12月5日(月)～12月9日(金)

商品お届け

12月19日(月)～12月23日(金)

常総生活協同組合 TEL: 0297-48-4911 FAX: 0297-45-6675

煮豆

出来上がりまで少し時間はかかりますが、じっくり味を煮含めた煮豆のおいしさは格別。忙しい日々を忘れ、年末はゆっくりと豆を煮るのはいかが？

お知らせ
 乾豆関係でお世話になっている北海道の渡部さん。今年「立枯病」の影響により一部新豆(赤花・白花)のお届けができなくなりました。乾豆を待たれていた皆様大変申し訳ございません。下記に乾豆の詳細を記載致します。
 ・白花生: 2021年度産の残50パック
 ・赤花生: 掲載不可
 ご理解いただけますと幸いです。

限定100個
オススメは黒平豆!
 鷹が食べたようなくぼみがあるので、雁食(ガンクイ)豆とも呼ばれます(諸説あり)。肉質が緻密で味や香りが濃く、黒豆より一粒が大きいです。また平たいので早く煮え、経済的です。
 岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)
黒平豆(雁喰豆)
500301 賞180日
 300g **450円(税込486円)**
 平黒大豆(岩手県)

2021年産(新豆は年明けになります)
 晩生品種の丹波黒豆(千葉県産)。れんげの栽培や堆肥による土づくりで農業を使用しないで栽培。
 根本さん(千葉県・成田市)
丹波黒豆(千葉県産)
500302 賞90日
 200g **560円(税込605円)**
 黒豆(千葉県) [放] 不検出 <4.8 <3.8

新物
 いんげん豆の中では大きく高級な豆。豆きんとんや甘納豆、洋風スープやサラダにも。農業無散布。
 渡部さん(北海道・上士幌町)
白花豆
500306 賞90日
 300g **750円(税込810円)**
 白花豆(北海道)

新物
 普通のおおきさの黒大豆です。煮豆に。農業無散布。
 渡部さん(北海道・上士幌町)
黒豆
500303 賞90日
 300g **500円(税込540円)**
 黒豆(北海道)

新物
 煮豆、五目煮、呉汁にも。農業無散布。
 渡部さん(北海道・上士幌町)
大豆
500304 賞90日
 300g **380円(税込410円)**
 大豆(北海道)

新物
 煮豆はもちろん、煮込み料理やサラダにも。農業無散布。
 渡部さん(北海道・上士幌町)
金時豆
500305 賞90日
 300g **491円(税込530円)**
 金時豆(北海道)

新物
 枝豆(秘伝)の青大豆。木酢を使って病害虫防除。農業無散布。
 2021年産(新豆は年明けになります) **限定100個**
 おきたま興農舎(山形県・高島町)
青大豆(無選別)
500307 賞90日
 300g **250円(税込270円)**
 青大豆(山形県)

新物
 北海道士別農園の減農薬栽培あすきです。皮が軟らかく、ふくらみ煮上がりします。
 士別農園(北海道・士別市)
士別農園 小豆
500308 賞180日
 300g **415円(税込448円)**
 小豆(北海道)

2年間、厳しい北の海で育った天然の昆布です。昆布巻きなど煮昆布に。
 コタニ(岩手県・大船渡市)
天然日高昆布(上浜一等品)
500309 賞100日
 100g **1280円(税込1382円)**
 昆布(北海道)

肉質のキメ細かさが身上市です。昆布巻き、煮昆布に最適です。
 リアス(千葉県・船橋市)
日高昆布一等検
500310 賞90日
 65g **700円(税込756円)**
 昆布(北海道)

昆布締めにも
 函館産1年養殖真昆布使用。葉元を切り一定の長さ折りたたんであります。
 リアス(千葉県・船橋市)
花折昆布(真昆布)
500311 賞90日
 100g **920円(税込994円)**
 昆布(北海道)

真夏の太陽熱で干しあげた紐状の干びょう。硫黄燻蒸処理をしていないので軟らかく、香りと風味が格別。
 創健社(神奈川県・横浜市)
無漂白の干びょう
500315 賞90日
 30g **400円(税込432円)** 通常税込454円
 かんびょう(栃木県) [放] 不検出 <5.0 <4.5

昆布巻き

お正月の定番料理です。中の具材はにしんのほか、鮭や野菜などお好みのものをどうぞ。良質の昆布で作ると、そのおいしさもひとしおです。

※イメージ

昆布巻き講習会の動画はこちらから

本収穫前の間引き昆布です。早くやわらかく煮上がりやす。五目豆など広く惣菜用に。
 コタニ(岩手県・大船渡市)
天然早煮昆布 棹前1等品
500312 賞90日
 80g **530円(税込572円)**
 昆布(北海道)

程よく脂ののったにしんを完全に乾燥させ、旨みを凝縮しました。昆布巻の芯や煮物にも。
 カネトイチ土門商店(北海道・岩内町)
本乾身欠きにしん
500313 賞90日
 200g **870円(税込940円)**
 にしん(アメリカ)

脂のりの良いにしんをソフト乾燥。昆布巻はもろろん、焼いてレモン汁をかけたり、大根おろしを添えても。
 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
北海道産ソフト身欠きにしん
500314 賞90日
 4~6枚200g **390円(税込421円)**
 にしん(北海道)

味噌汁やうどんのダシにも
 主に房州沖で漁獲されるカタクチイワシを酸化防止剤を使用せず釜茹でし、乾燥しました。田作りに最適。
 かねの水産(千葉県・大網白里市)
田作り(原料)
500319 賞180日
 60g **280円(税込302円)**
 カタクチイワシ(千葉近海、他)

栗きんとん

きんとんの色をきれいに仕上げます。使いやすいティーパックタイプ。くちなしは中国産。
 富士食糧(埼玉県・桶川市)
くちなしの実(ティーパック)
500316 賞90日
 5g×2 **180円(税込194円)** 通常税込214円
 くちなし(中国)

味噌汁やうどんのダシにも
 北海道産昆布と刻んだ真イカするめが半々で入っています。
 リアス(千葉県・船橋市)
松前漬(原料・タレ付)
500320 賞180日
 40g +タレ120ml **540円(税込583円)** 通常税込594円
 昆布(北海道)

数の子の端切れや人参のせん切りを加えて昆布とするめをパック。タレなしなので好みの味付けにしてください。
 リアス(千葉県・船橋市)
松前漬(原料・タレなし)
500321 賞180日
 45g **460円(税込497円)** 通常税込518円
 昆布(北海道)・真いか(国内産)

新鮮なスルメイカを生から干しあげておきますので「香り」と「旨味」が豊かです。
 リアス(千葉県・船橋市)
国産するめ
500322 賞180日
 2枚120g **1480円(税込1598円)**
 するめいか(北海道)

風味を失わないように、から炒りの後にうす皮を風で吹き飛ばしてあります。茶碗蒸し、炊き込み、混ぜご飯に。
 ニッカンフーズ(大分県・日田市)
豊の国銀杏 国産むきぎんなん
500323 賞120日
 50g **220円(税込238円)**
 銀杏(大分県)

簡単便利です(12月5回にも掲載します)
 さつまいも(鳴門金時)を蒸してうらごしてあります。手作りお菓子、料理等の素材として。
 日岡商事(兵庫県・加古川市)
さつまいもペースト
500317 賞90日
 400g **611円(税込660円)** 通常税込685円
 さつまいも(国内産)

愛媛県産の栗を使用した甘露煮。無添加で栗本来の旨みを引き出しています。
 くみあい食品工業(愛媛県・大洲市)
和栗甘露煮
500318 賞90日
 200g(固形量100g) **1000円(税込1080円)** 通常税込1188円
 栗(愛媛県)

生のままテーブルナッツとしてくるみお返しに
 肥沃な大地が広がるカリフォルニア州で農業や化学肥料に頼らず栽培されたクルミです。
 プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
クルミ(生)
500324 賞180日
 65g **580円(税込626円)**
 クルミ(アメリカ)

風味を失わないように、から炒りの後にうす皮を風で吹き飛ばしてあります。茶碗蒸し、炊き込み、混ぜご飯に。
 ニッカンフーズ(大分県・日田市)
豊の国銀杏 国産むきぎんなん
500323 賞120日
 50g **220円(税込238円)**
 銀杏(大分県)

生のままテーブルナッツとしてくるみお返しに
 肥沃な大地が広がるカリフォルニア州で農業や化学肥料に頼らず栽培されたクルミです。
 プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
クルミ(生)
500324 賞180日
 65g **580円(税込626円)**
 クルミ(アメリカ)

生のままテーブルナッツとしてくるみお返しに
 肥沃な大地が広がるカリフォルニア州で農業や化学肥料に頼らず栽培されたクルミです。
 プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
クルミ(生)
500324 賞180日
 65g **580円(税込626円)**
 クルミ(アメリカ)



だし・調味料

本枯節は部位によって呼び名が異なります。背中側を原料として作った節が雄節(おぶし)で、腹側を原料として作った節が雌節(めぶし)と呼ばれています。雄節は、筋肉が多く、脂肪分が少ないため、透明であっさりとした出汁を取ることができ、ためお吸い物など薄味の料理に。雌節は、脂肪分が多く、雄節に比べ少し白濁した濃厚な出汁が取れるので、麺つゆ・煮物などのしっかりとした味付けの料理に向いています。

農業、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培の大根を天日で乾燥させました。



無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園切り干し大根
大根(愛媛県)
500331 40g **255円**(税込**275円**)

酒類 今回のみ復活掲載
御屠蘇付
もち米と米麴、醸造アルコール、焼酎で仕込み、じっくりと熟成。



限定200本
相生ユニビオ(愛知県・西尾市)
三河伝統製法「古式 本みりん」
もち米(国内産、中国)
500336 500ml **524円**(税込**576円**) 通常税込**587円**

アルゼンチンの大草原の中のいろいろな花から採れたはちみつです。はちみつ漬におすすめ。



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
アルゼンチン産はちみつ
はちみつ(アルゼンチン)
500341 1kg **1650円**(税込**1782円**)



減農薬、無化学肥料栽培。
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
もち米
500348 2kg **1100円**(税込**1188円**)
もち米(山形県)



長谷川商店(東京都・中央区)
焼きのり 全型20枚
のり(国内産)
500346 全型20枚 **680円**(税込**734円**)
のり(国内産)



川光商事(東京都・中央区)
500349 つぶあん 260g **285円**(税込**308円**)
500350 ねりあん 260g **285円**(税込**308円**)

年末、正月用に特別に焼いてもらいました。20枚がチャック付の袋に入っています。



川光商事(東京都・中央区)
片栗粉
500347 400g **210円**(税込**227円**)
じゃがいも(北海道)



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
きな粉(大豆)
500351 130g **240円**(税込**259円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <2.7 <2.5



雄節、雌節各1本入り。最高級の鰹を伝統的な手火山式製法で焙乾、6番カビ付けまで半年かけて仕上げた逸品。
カネサ鯨節商店(静岡県・西伊豆町)
本枯れ節(雄節・雌節セット)
500325 2本400g **3500円**(税込**3780円**)
かつお(静岡県)

かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼そばなどに手軽に使える蛋白源。
伊豆海産(静岡県・西伊豆町)
削り節パック 徳用
500328 3g×20 **540円**(税込**583円**)
かつお(国内産)

小川(広島県・尾道市)
国産素干えび
500329 30g **330円**(税込**356円**)
えび(国内産)

宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。だしや煮物はもちろん、焼き物、鍋物、炒め物、天ぷらにもどうぞ。
リアス(千葉県・船橋市)
宮崎県産 どんこしいたけ
500332 55g **920円**(税込**994円**)
しいたけ(宮崎県)



無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園切り干しにんじん
500333 30g **277円**(税込**299円**)
にんじん(愛媛県)

地元の契約栽培米で造った料理酒!
天然の旨味成分が格段に多い料理酒。少量の使用で素材の持ち味を引き出し、料理に旨味とコクを与えます。
大和川酒造店(福島県・喜多方市)
料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用)
500337 300ml **495円**(税込**545円**)
500338 720ml **1000円**(税込**1100円**)
米(福島県) [放] 不検出 <3.8 <3.4



厚みのある濃厚なうま味
濃厚なだしが取れるので、うす味仕上げが可能です。
リアス(千葉県・船橋市)
羅臼昆布
500326 36g **600円**(税込**648円**)
昆布(北海道)

無添加、無着色の国産小えびです。おつまみやサラダなどそのままでお召し上がりいただけます。
伊豆海産(静岡県・西伊豆町)
こだわりのだしパック
500330 8g×18 **620円**(税込**670円**)
かつお(静岡県) [放] 不検出 <2.9 <2.7

サラダや和え物の彩りにも
農業、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培のにんじんを天日で乾燥させました。
無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園 かんそうゴボウ
500334 20g **288円**(税込**311円**)
ごぼう(愛媛県)

有機ごぼうをささがきにして乾燥させました。10~15分程水で戻してから、炒め物などにどうぞ。
無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園 かんそうゴボウ
500334 20g **288円**(税込**311円**)
ごぼう(愛媛県)

野菜を切って漬けるだけ!
純米富士酢をベースに、粗糖、塩、ドライマト、香辛料を加えたピクルスの素。
飯尾醸造(京都府・宮津市)
富士ピクル酢
500339 360ml **565円**(税込**610円**) 通常税込**626円**
米(京都府)



栽培期間、無農薬、無肥料の自然栽培の金ごまです。味が濃厚で香ばしいごまです。
豊年屋(長野県・駒ヶ根市)
こだわり村の国産金ごま
500343 35g **593円**(税込**640円**)
金ごま(埼玉県)

オーストラリア産菜種から圧搾法により搾り取ったサラダ油です。
ポーソー油脂(東京都・中央区)
一番しぼり菜種油
500340 910g×2 **1520円**(税込**1642円**) 通常税込**1728円**
菜種(オーストラリア)

ネオファーム(神奈川県・厚木市)
松の実
500344 30g **460円**(税込**497円**)
松の実(中国)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
アーモンド
500345 70g **580円**(税込**626円**)
アーモンド(アメリカ)

食塩不使用
カリフォルニア産のアーモンドを、国内でロースト。食塩、油は不使用です。
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
アーモンド
500345 70g **580円**(税込**626円**)
アーモンド(アメリカ)

北館製麺(岩手県・八幡平市)
季節限定 新そば
500352 200g×2 **770円**(税込**832円**) 通常税込**859円**
そば(国内産) [放] 不検出 <10.0 <10.0

中田農園(茨城県・坂東市)
そば粉
500353 500g **980円**(税込**1058円**) 通常税込**1080円**
そば(茨城県)

三上製麺(埼玉県・所沢市)
二八の匠 八割そば
500354 200g×2 **400円**(税込**432円**) 通常税込**454円**
そば(国内産)

おびなた(長野県・長野市)
そばつゆ(ストレート)
500355 400ml **330円**(税込**356円**) 通常税込**378円**

じんわり広がる
クセのないうま味
深い味わい、透き通っただしが素材の美味しさをより引き立てます。湯豆腐、お吸い物、鍋にどうぞ。
リアス(千葉県・船橋市)
利尻昆布
500327 35g **600円**(税込**648円**)
昆布(北海道)

かつお節の良品を砕いたものに、細かくしたいだけと昆布をブレンドしました。※かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合
伊豆海産(静岡県・西伊豆町)
こだわりのだしパック
500330 8g×18 **620円**(税込**670円**)
かつお(静岡県) [放] 不検出 <2.9 <2.7

国産大豆100%使用の凍り豆腐。程よい大きさにカットしてあり、湯戻しせずそのまま調理できます。
リアス(千葉県・船橋市)
凍り豆腐 煮物用
500335 60g **425円**(税込**459円**)
大豆(国内産)

無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園 かんそうゴボウ
500334 20g **288円**(税込**311円**)
ごぼう(愛媛県)

オーストラリア産菜種から圧搾法により搾り取ったサラダ油です。
ポーソー油脂(東京都・中央区)
一番しぼり菜種油
500340 910g×2 **1520円**(税込**1642円**) 通常税込**1728円**
菜種(オーストラリア)

ネオファーム(神奈川県・厚木市)
松の実
500344 30g **460円**(税込**497円**)
松の実(中国)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
アーモンド
500345 70g **580円**(税込**626円**)
アーモンド(アメリカ)

食塩不使用
カリフォルニア産のアーモンドを、国内でロースト。食塩、油は不使用です。
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
アーモンド
500345 70g **580円**(税込**626円**)
アーモンド(アメリカ)

北館製麺(岩手県・八幡平市)
季節限定 新そば
500352 200g×2 **770円**(税込**832円**) 通常税込**859円**
そば(国内産) [放] 不検出 <10.0 <10.0

中田農園(茨城県・坂東市)
そば粉
500353 500g **980円**(税込**1058円**) 通常税込**1080円**
そば(茨城県)

三上製麺(埼玉県・所沢市)
二八の匠 八割そば
500354 200g×2 **400円**(税込**432円**) 通常税込**454円**
そば(国内産)

おびなた(長野県・長野市)
そばつゆ(ストレート)
500355 400ml **330円**(税込**356円**) 通常税込**378円**

おびなた(長野県・長野市)
そばつゆ(ストレート)
500355 400ml **330円**(税込**356円**) 通常税込**378円**

おびなた(長野県・長野市)
そばつゆ(ストレート)
500355 400ml **330円**(税込**356円**) 通常税込**378円**

おびなた(長野県・長野市)
そばつゆ(ストレート)
500355 400ml **330円**(税込**356円**) 通常税込**378円**