



まほろば

お惣菜だより

春 ...
色とりどりのランドセルを背負った、小さな男の子、女の子が歩く季節になりました。

まだ北海道は寒いけれど、桜もあちらこちらで咲き始めますね。

私の故郷の桜は、色んな種類が咲きます。だいぶ前になりませんが、淡い緑色の桜もありました。今もあるかなあ...? 松前の桜です。

故郷の山がどこまでも、どこ



**まほろばの食材を使った
安心・安全でおいしいお惣菜
好評販売中です!**

まほろばだより
No.4857 19-59 4/5

までも桜でいっぱいになります。小さな頃、都会からその桜を見に、何台も、何台も、スピードを出した車が通り、手毬を轆かれて泣いた思い出があります(笑)

このところ、まほろばだよりで告知をしておいて、時々体調が優れずお休みしてしまい、皆様に申し訳なく思っています。申し訳ありません。

作る人間が...、ダメですね。体調管理を十分にしていきたいと思っております。本当に申し訳ありません。

そんな私の強い味方になってくれるのは、皆様の言葉と、最近店でもよく見かけると思いますが「有機生姜茶」です。



三宗貿易
有機生姜茶・ゆず茶
47g入...**1,058円**(税込)



すつごく、すつごくコーヒーの好きな私が、今はやめて、「生姜茶」を飲んでいきます。寝る前の静かな時間帯や、朝何も口にしたくない時は、これに柚子の皮を入れたり、柚子飴を入れて飲んでたりします。自然に身体がポカポカして、元気になる気がします、頑張れます。

カレー粉とヨーグルトを混ぜて、タンドリーチキンに。粒マスタードに混ぜたり、マヨネーズに混ぜたり、へうげ味噌に混ぜたり、酒粕に...、何でもイケます。自分の中で、今一番の調味料かもしれません(笑)

最後に、だしパック。道南の真昆布を使っているから、ただそれだけでお気に入りです。

もう一つの味方、惣菜を作る上で最近すつごく気に入っているのが、オーガニックフムス(ひよこ豆ペースト)です。凄く面白いです。味が。



むそう商事
オーガニックフムス(ひよこ豆ペースト)
190g入...**754円**(税込)



ムソー
**無添加だしパック
鯉昆布だし(青)・精進だし(黄)**
各7g×8袋入...**702円**(税込)



道南の昆布でだしをとって、その味で育ってきた私には、とても料理しやすいのです。惣菜で使う時は、煮物の中にポイントを入れて使います。ただそれだけで、美味しくなります。皆様も、ぜひ試してみてくださいね。

島影由佳利

4月の予定表 昼12時頃から店頭並びます

2019 April 4						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	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				