

## 7月の地場野菜 イベント & 試食販売

書写店	7月19日 10時~12時 セーラーさん卵試食会
花田店	7月14日 10時~12時 池上さん玉ねぎ詰め放題
北野店	7月12日 10時~12時 ネオニッセイさん玄米グラノラ試食会
新辻井店	7月19日 10時~12時 後藤卵卵さん卵試食会

毎月恒例!! 新辻井店 ログスアーツさん  
7-7ショップ イベント 開催日  
7月22日 7月29日の2日間 開催します  
☆バーバリウム ) 各回 定員4名ご予約受付  
☆バックチャーム )  
詳しくは 新辻井店のサービスカウンターまで!

おすすめ  
生産者さん  
情報



農業家 (ピー) 小川 武志さん  
(調理師・食育指導士)

ご自身の体調不良をきっかけに  
「食べたもので身体は作られる」  
ということを知り、農業を  
始められた 小川さん。  
(自分が食べた野菜  
・子どもに食べさせたい野菜  
・大切な人に食べさせたい野菜  
という想いをこめて作り出しています。  
以前も工作リカからご協力。  
化学肥料はもちろん、農薬  
も使わないことで、  
自然環境に強い野菜に  
なっています。



ピクルス漬け簡単レシピ。  
1. お好みの野菜をスティック状または  
食べやすい大きさに切る。  
2. 野菜によっては軽く湯通しして、  
ジップロックなどの袋に入れる。  
3. べんり酢 酢 2 : 糖漬物酢か米酢1  
の分量で野菜が浸るように入れる  
4. 半日、または一晩冷蔵庫で寝か  
せれば完成!!

平成三十年七月号  
ヤマトアール(株)  
POPライター部門  
**地場野菜新聞**  
Vol. 29

## 《美味いトマト料理特集》

### ① トマトを丸ごと炊きこみご飯

〈作り方〉

- ① お米を洗い、少なめに  
お水を入れる
- ② コンソメ、バター、塩を入れ、  
お水を2合に調整
- ③ みじん切りにしたベーコン、  
ハタを取ったトマトを入れ  
炊飯スタート。
- ④ 盛りつける際  
フレッシュハーブ、粉チーズ  
をお好みでふりかけて  
できあがり

☆ ベーコンをツナにかえても  
おいしいです。  
そのこを加えてもグッド!

〈新辻井店 クッキングさん〉

〈材料〉

- ・お米 2合
- ・トマト 中 2~3個
- ・ベーコン 1枚
- ・コンソメ 大さじ1
- ・バター 大さじ1
- ・塩 ひとつまみ
- ・お好みで フレッシュハーブ  
粉チーズ



### ② トマトのビネグレートスープ

〈作り方〉

- ① よく洗ったトマトを皮ごと  
すりおろし、他の材料を  
入れてよく混ぜ合わせる。  
器に入れて、仕上げに  
黒胡椒をふりかける

☆ 火を使わず、材料を  
混ぜ合わせるだけなので  
簡単!! 暑さで食欲  
がない時にぴったり  
です!!

(新辻井店地場担当 豊田さん)

〈材料〉 (1人分)

- ・トマト 1~2個
- ・りんご酢(又は好みの酢) 小さじ1
- ・レモン汁 小さじ1
- ・はちみつ 小さじ1
- ・EXV オリーブオイル 小さじ1
- ・黒胡椒 少々(お好みで)



地場  
サブバイヤー  
難波の  
おすすめ店



薪窯パンキリクさん

☎079-338-0509

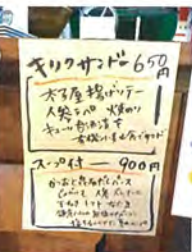
営業日時:土曜日 12:00~夕方まで

姫路市夢前町山之内度129番地

キリクさんのパンは有機小麦粉と天然酵母、安心なビオ(有機農作物、有機加工食品)  
を使い、素材で日常によりそうパンです。

店内ではパンの販売はもちろん、「キリクサンド」や季節によって変わるパンメニュー、  
美味しいドリンクを豊富に取り揃えたカフェもあります。

一度行くと、また行きたくなる とっても素敵なカフェです!!



生産者様大募集!! 詳しくは 070-5659-9552 難波まで