

おすそわけセール&イベント開催

塩こうじブームから火がついて、今さまざまな発酵食品が注目されていますね。

日本には、味噌、納豆、漬物、醤油、酢、鰹節、塩こうじなど、たくさんの発酵食品があって、毎日の食卓にはかかせませんよね。その他、韓国のキムチ、ヨーロッパのチーズやヨーグルトなども、私たちの食卓にすっかり定着しています。また、日本酒やワインなどのアルコール飲料も発酵によって出来るものです。

発酵食品なしの生活は考えられないほどです。

発酵すると、酵母や酵素、さまざまな微生物の働きで食物の中の糖やたんぱく質、でんぷんなどが分解されて、新しいものに生まれ変わります。そのとき、本来の食物には無かった旨味や栄養が生まれ、食物も長持ちするようになります。

発酵食品をはじめて発見し口にした人は、とても勇気がいったでしょうね。みんな独特の味や香りがあって、腐敗しているかもしれないし、賭けのようなもの。いわば人体実験のようなことを繰り返して、伝統食品として定着してきたのでしょう。

とべやは、漬物・味噌・納豆・塩こうじ・・・・と、発酵食品にかかわって仕事をさせていただいています。 食物にも、身体にも、良いこと一杯の、発酵食品たち。

乳酸菌、こうじ菌、納豆菌・・・に感謝せずにはいられません。

もともとは醤油漬が主体だったとべやの漬物に、味噌漬が加わり、素朴でやさしい味わいが人気ですが、この味噌漬に、さらに酒粕を加えると、さらにまろやかさが増しておいしくなります。

そこで、酒粕を使った商品を作ろうと、何度も試行錯誤を繰り返し、ようやく商品化が決定しました。

名づけて「まろみ漬」。きゅうり、だいこん、しょうがの3種類。近日発売の予定です。

まろみ漬3種類が加わると、漬物・佃煮は、全部で31種類になりました!

3月は、毎年恒例の「おすそわけセール」の月。今年は3月23日から4月2日まで。315円の小袋12袋で、10袋分のお値段で販売します!初日の3月23日には、とべや銘品館で、ミニイベント開催。漬物・佃煮全31種類の試食会も。もちろん、とべやの味噌汁とほかほかごかご飯付き!お近くの方、ぜひいらしてください!

とべや 3月のおすすめ

しそ南ばん

薄切りにしたきゅうりと、青しその葉、青唐辛子の醤油漬。 お子さんから、ご年配の方まで、ファンが多い一品です。 このたび、地元の企業さんとのコラボで姉妹品が誕生しました。 大田原市、天鷹酒造さんの辛味もろみ風味と、茂木町、山星島崎さんのゆず風味 ぜひ一度お試し下さい。



しそ南ばん 200g入り 315円 350g入り 525円 辛味も3み風味、ゆず風味しそ南ばん 150g入り 315円

シャンプーのしかた

シャンプーなんて洗えばいいんでしょ、と自己流で洗っていることで、頭皮のかゆみやべたつき、薄毛や抜け 毛の原因になることも多いそうです。

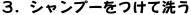
1. ブラッシングをする。

髪をぬらす前に、まずブラッシングをします。頭皮の血行がよくなり、髪のからみも取るこ とができます。

2. シャンプー前の流し

単に髪をぬらす作業ではありません。少し熱めの温度で十分にシャワーをあてましょう。濡 らすというより流す感覚です。2~3分かけて十分に行ってください。髪の汚れは、これで 約70%位落ちてしまうそうです。

また、シャンプー剤も少ない量でも良く泡立ちます。



女性の方など、下を向いたままシャンプーをする方がいますが、これは止めましょう。 下を向いて洗うと逆毛になりますので、キューティクルを傷めてしまいます。 シャンプーは、手に取り、なじませながら髪につけ、十分に泡立つまで揉み洗いをして下さ い。爪を立てずに指の腹で頭皮を洗います。マッサージする感覚で十分に洗います。 かゆみがあるからと、爪をたてたり、シャンプーブラシなどで洗うのは逆効果。 爪などで痛んだ頭皮は、乾燥してフケやかゆみの原因になってしまいます。

ムースやスプレーなどを使用している方は、2度洗いをしてください。



十分すぎるくらいシャンプ一剤を洗い流しましょう。フケやかゆみのある方は、この流しが 足りないのが原因であることが多いそうです。

洗い流した状態で、髪の状態をチェックしてみましょう。リンスやトリートメントをする前 のこの状態が、あなたの髪の現状なのです。自分の髪質に合ったシャンプーを使っていれ ば、この段階で、潤いがありしなやかな髪になっているはずなのです。そうではなく、軋ん だり指どおりが悪い場合は、シャンプー剤が合ってないのかもしれません。

5. リンス、トリートメント

お使いのものが、頭皮に何かしら効果があるものでなければ、リンスやトリートメントは髪だけにつけて、頭 皮に付けないようにしましょう。これもフケやかゆみの原因になります。そして、リンスやトリートメント剤 もしっかり洗い流しましょう。



ほきる

植物が芽を出す、芽をふく、生える、という意味です。

こないだ蒔いた種が、いっせいにほきてきた。

山にいったら、**たらぼ**がいっぱい**ほきてたよ**。

ちなみに、「たらぼ」とは、たらの芽のこと。天ぷらにすると最高ですよね。





かんたんレシピ -味噌を使って-

■材料■4人分

ヒラメ(刺身用) 300g レタス 3~4枚 ベビーリーフ 1袋 ネギ(白い部分)1/2本 白ゴマ 大1 A 味噌 大4 酢 大4

ごま油 大4

■作り方■

[1]ヒラメは薄くそぎ切りにする

[2]レタスは一口大にちぎり、ベビーリーフとあわせて洗っておく

[3]ネギは白髪ネギにし、水にさらして、水気を切っておく

[4]Aの材料を合わせておく

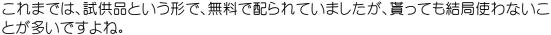
[5][2]の野菜を器に盛り、[1]のヒラメをのせる

[6][4]をかけて真ん中に白髪ネギをのせ、ゴマをふりかける

※タイ、サケ、ホタテなど、お好みのシーフードでもどうぞ

有料お試し品

化粧品や、シャンプーなど、3日~1週間ほど試せる有料お試し品が、 ドラッグストアなどで人気です。



自分に合った良い物を見つけたいと思っても、高いから良いとも限らないし、使ってみ なければわからない。有料でいいから、自分がほしいと思っているものを試してみて、 満足のいく商品を選びたいという思いに応えての商品です。

店頭で買う以外に、いろいろな種類のお試し品が毎月自宅に届く宅配サービスもある そうで、高級ブランドのものや、オーガニック製品など、幅広くいろいろなものが試せる と、こちらも人気です。



予菜のはなし あしたば



関東以南の温暖な海岸地帯に自生する山野草。生育が早く、今日若葉を摘んでも明日にはまた新芽 が伸びてくることから、この名がついたといわれています。

近年栄養価の高さや効能が改めて認知されて、八丈島や伊豆諸島などを中心に栽培されるようにな りました。セリに似た香りがあり、カロテン、ビタミンB群、C、Eなどのビタミン類とカルシウ ム、鉄などのミネラル類を豊富に含み、滋養強壮に効果があるといわれています。また、抗酸化作 用のあるカロテン、フラボノイドの一種カルコン、ビタミンEの働きで、花粉症にも効果があると 期待されています。

また、若い葉を乾燥させたあしたば茶は心臓病や高血圧に効果があるといわれて古くから飲まれて きました。

茹でておひたしにしたり、バター炒め、スープの具材、香りがあるので、茶碗蒸しやお吸い物に入 れたり、といろいろ使えます。

まだ、ちょっとなじみの無い野菜かもしれませんが、スーパーで見かけたら試してみては?



ひとりごと



全国的に、ご当地のゆるキャラが作られ、人気投票なども行われています。

わが、大田原市のゆるキャラは、「与一くん」。平家物語で活躍した、那須与一がモチーフで す。那須与一という人は、源氏と平家の「屋島の戦い」で、平家が立てた扇の的を、見事射落と したことで有名な源氏方の武士です。

大田原市は、那須与一の生まれ故郷と言われていて、市内にはお墓もあります。

与一くんは弓の名手なので、握手をしてもらうと、一発必中のご利益があるとか。

近ごろ人気が出てきて、いろいろなイベントに引っ張りだこらしい。

最近では「アサヒ十六茶」というお茶のCMでテレビ出演しています。ちょっとしか映らないけ ど(笑) 機会があったら探してみてください。

実は、3月のイベントに、与一くんに来て貰えないかと、依頼してみたのですが、いろいろ忙し そう・・・

25. 2. 21



発行人

漬物·佃煮·味噌·納豆





戸邊 郁恵 〒324-0058

栃木県大田原市紫塚4-3944

電話 0287-23-1221

FAX 0287-23-1231

URL http://tobeya.co.jp/ e-mail shopmaster@tobeya.co.jp

『にこにこ通信』は、いつも **とべか** にご 来店・ご利用頂いているお客様、戸门食品 の通信販売をご利用頂いているお得意様方に お届けしています。

お客様とのコミュニケーションを目的に、 ■ 月1回を目標に発行しているものです。

『ご意見・感想などありましたら、何でも左記』 へお寄せ下さい。お待ちしています。(^^)