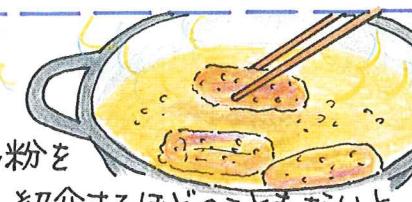


約90%が水分だけ
他にカリウムなどミネラルや
食物繊維が含まれてるよ。

なすのフライ

なすを切り、小麦粉、卵、パン粉を順に付けて油で揚げるだけ。紹介するほどのことないと思われるでしょうけど「なすは天ぷらはするけど、フライはしないわねえ。」という声を耳にしましたので、今回は「カンタンすぎるレシピ」だけど…ということです。



なすの味噌炒めにプラス!?

なすのみを炒めは定番中の定番ですが、仕上げにすりごまや煎りピーナッツ(無塩のもの)のあくまで碎いたものをプラスすると、なかなかいけますよ。



ウスター・ソース、中濃ソース、オーロラソースなどお好みでどうぞ!!

*オーロラソース…マヨネーズとケチャップを混ぜたもの。



お便り、お待ちして いま～す♪

いつも季節を感じられる優しさあふれるお便りをくださるオバタリアンさん!! 福岡の息子さんの所にお引越しされるそうですね。お礼のお便りをいただきましたが、こちらこそ大変お世話になりました。ありがとうございます。

福岡でのオバタリアンさんの新しい生活が健やかで幸せな日々でありますように。スタッフ一同心よりお祈りいたしております。

オバタリアンさん! どうぞお元気で!!

落ち着いたらまたおハガキくださいね。

お待ちしています。

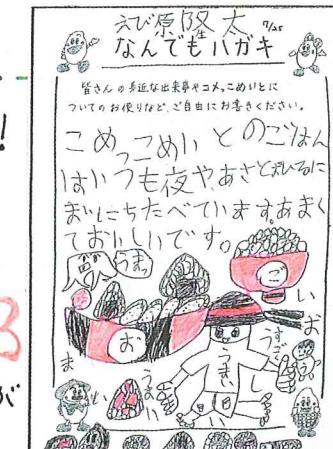
蛯原 隆太くん!

ハガキいっぱいに
ごはんやおにぎりの

上手なイラスト!!

ありがとうございます

いろんなおにぎりが
おいしそう♪



● 神奈川県にお住まいの
須山様、お便り早速投函していただき
ありがとうございます。
須山さま!! ホントに待っていたんですね♪

いつも楽しくおにぎり通信を熟読しています。
今回は、川水さんが“ホントに待っています!!”との
コメントを読んで、お力添えになればと思い
事を取ってみました。小職は、神奈川県に住
んでいる鹿児島Loverなので鹿児島のおいしい
お米を届けてくれる御社に大変感謝しています。
…(略)…。須山様はお便りの中で、7月号に
掲載の“さつまいものガーリックバター炒め”的レシピを
“うちの家宝”とまで言って頂き嬉しい限りです。
文中(お便り)のご意見も今後の参考にさせていた
だきます。ありがとうございました。また、お便り待てます!

編集後記

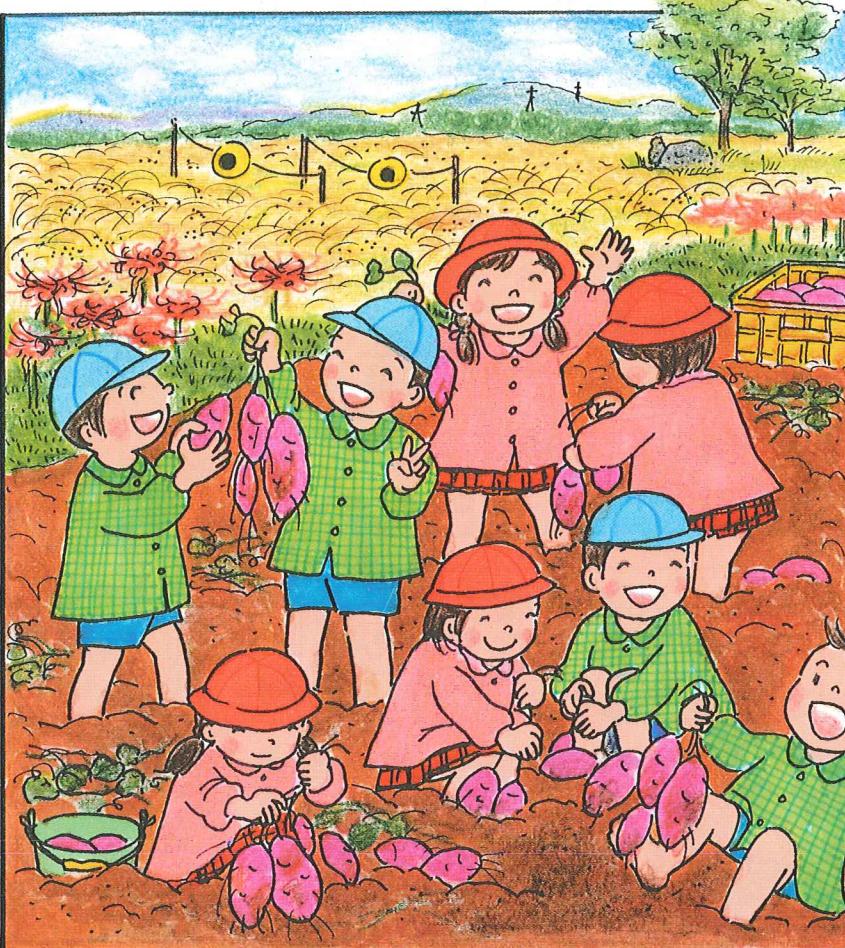
頒布会のお申し込みを頂いた関東地方の方よりお便りをいただきました。
同居されているお母様が鹿児島出身で、ふるさとのお米を楽しみにされていらっしゃるとのこと。これから
毎月、かごしま生まれのかごしま育ち、おいしいお米をお届けしてまいります。
県内、県外の「こめこめいと会員」の皆様、いつもありがとうございます。感謝いたします。(川水)

お客様に安全・安心・おいしいお米をお届けします!!

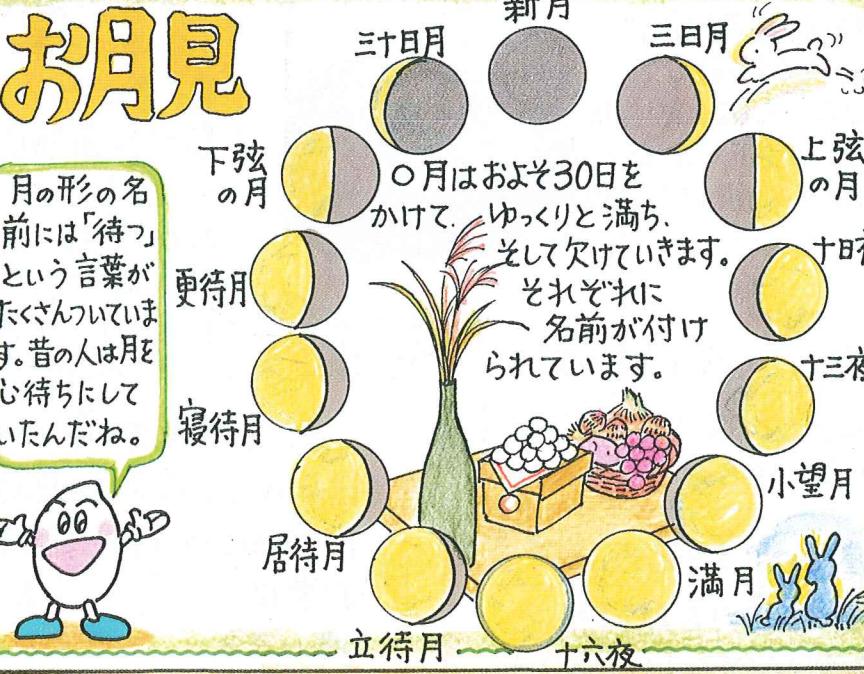
おにぎり通信 9月

2011

ながつき
(長月)



お月見



鹿児島パールライス株式会社

〒891-0122 鹿児島市南栄三丁目17番地
TEL(099)268-1234 FAX(099)268-1238

<URL> <http://www.kapr.co.jp>

9月…別名は長月(ながつき)

夜が日増しに長くなる「夜長月」が長月の由来。他にも寝覚月、祝月、菊開月などがあります。

9月は暑さの中にも朝夕は秋の気配が感じられます。野山では和歌や俳句でも詠まれている萩の花をそろそろ目ににするようになりますね。

9月は夜空の月も美しくなる頃! 月は自転と公転の周期が同じために常に地球に同じ面を向けています。だから、向きは違っていても世界中で見えるお月さまの模様は同じ。日本では「ウサギ」ですが、国によって見立てが違うようです。

ちなみに、北ヨーロッパでは「本を読むおばあさん」。アメリカでは「髪の長い女人の横顔」。

インドの人には「口を開いているワニ」に見えるそうですよ。秋の夜長にのんびりといつものイメージを取り戻ってお月さまを眺めてみてはいかがでしょうか。

日本
ウサギの
もちつき

北欧
本を読む
おばあさん
アメリカ
髪の長い
女人の横顔
インド
口を開いて
いるワニ