

たわわ谷山
おとしん市場

結び屋

2022 明けまして
おめでとうございます

今年も皆様においしいおむすびをお届け
できるよう頑張ります。

新商品

ポークたまごサンド

おいしい
ランチオン
ミート

たわわたまご
使用の珍しい
たまごサラダ

香りのいい
焼きのり

シャキ シャキ キャベリ

ボリューム
満点! 1個 (税込) **240円**

精米 コーナー

「結び屋」店内で
精米いたします。

鹿児島県産を中心に
7品種8アイテム取り
扱っています!

スタンプWALLET

毎月配信

おむすびクーポン

●150円お買い上げて
おむすび1個プレゼント!

お米クーポン

●玄米1kgあたり **50円割引**

お役立ち情報 **カンタン** おもちのいなり

おもちを使った料理もいろいろありますが、
今回は、酢めしをおもちにかえて、電子レンジで
簡単に作れる「おもちのいなり」を紹介します。
味はいなりとは全く別物ですが、これはこれで美味しいです。

〈材料〉

- 切りもち …………… 4個
- いなりあげ(市販) …… 4枚
- とろけるスライスチーズ …… 4枚
- 糸しょうが …………… 適量

〈作り方〉

- ① いなりあげの中におもち1個、
チーズ1枚、糸しょうが少々を
入れる。(チーズは折たたんで)
- ② 残りも同様に入れ、全部で
4個作る。
- ③ 耐熱皿に4個並べ、ラップを
せずに600Wのレンジで
約1分40秒(目安)。様子を
みながらおもちがやわらかく
なったら完成♪

おもちにチーズが
とろ〜り。
いなりあげの甘辛の
味がマッチ!!

糸しょうがは、
お好みでどうぞ。

胃を元気にする食材は?

消化不良気味なら

- 大根
- 山芋
- 大和芋
- かぶ

胃酸過多なら

- 柑橘類
- 梅干し
- キャベツ
- レタス
- セロリ
- グリーンアスパラ

● デンプン、グリコゲン
消化を促進する
アミラーゼ・ジアスターゼ

● 胃の粘膜を修理し、
胃を守る。クエン酸

あけましておめでとうございます

旧年中は大変お世話になり心より感謝申し上げます。
本年も「おむすび通信」を通して「お米の情報」及び暮らしや
食に関する楽しい話題など掲載してまいります。

皆様のご意見、ご感想もぜひお聞かせください。
2022年が皆様にとって良い年でありますようにお祈り致します。(松元)

2022 明けまして
おめでとうございます
ごいいます

今年もお勧め
BG無洗米で
決まり!

おむすび通信
2022
1月号
No.202

鹿児島パル
ライスのインス
タグラムもごらん
ください!

鹿児島パルライス 株式会社

〒891-0122 鹿児島市産菜三丁目17番地1
TEL.099-268-1234 FAX.099-268-1238
<http://www.kapr.co.jp>