

日	月	火	水	木	金	土
1 店休日	2 ポイント 5倍DAY めぐるみどり 立石食品・鈴廣の さつま揚げ カナモトのキムチ	3 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	4 早志さんの卵 秋川牧園卵 けやきベーカリー	5 奥むさし納豆 味輝パン	6 秋川牧園卵 ザクセンパン	7 野菜・果物 8%OFF
8 店休日	9 めぐるみどり 立石食品・鈴廣の さつま揚げ カナモトのキムチ	10 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	11 早志さんの卵 秋川牧園卵 けやきベーカリー	12 店内商品 5%OFF 大多摩ハム 奥むさし納豆 味輝パン	13 秋川牧園卵 ザクセンパン	14 野菜・果物 8%OFF
15 店休日	16 めぐるみどり 立石食品・鈴廣の さつま揚げ カナモトのキムチ	17 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	18 早志さんの卵 秋川牧園卵 けやきベーカリー	19 奥むさし納豆 味輝パン	20 秋川牧園卵 ザクセンパン	21 野菜・果物 8%OFF
22 店休日	23 めぐるみどり 立石食品・鈴廣の さつま揚げ カナモトのキムチ	24 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	25 大多摩ハム 早志さんの卵 秋川牧園卵 けやきベーカリー	26 店内商品 5%OFF 奥むさし納豆 味輝パン	27 秋川牧園卵 ザクセンパン	28 野菜・果物 8%OFF
29 店休日	30 めぐるみどり 立石食品・鈴廣の さつま揚げ カナモトのキムチ	31 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	梅肉コーボンエキス キャンペーン 10/23~31 発酵カシスデモ販売			



会員様限定!
10月のポイント
5倍デーは
10/2(月)です!

10/26(木)
ジャフマック
発酵カシス
デモ販売

10/12(木)と10/26(木)は
店内商品
5%OFF!

見た目は少々悪いですが… 安心! 美味しい! 熊本県 水の子会原種のれんこん!

夏に咲く蓮の花は可憐で清楚な風情ですが、その下の泥の中に地下茎としてすくすくと育っているのが蓮根です。

有機の里で扱っている「水の子会」の蓮根は形や色など少々見た目が悪いですが、実はこれが品種改良していない貴重な原種の蓮根の特徴です。慣行栽培の蓮根より味がよく、食感はもちもちさっくりした歯ざわりが楽しめます。

大量生産するために手をかけずに育てられるよう品種改良した蓮根に比べ、原種の蓮根の生育、収穫は大変な困難を極めるそうです。ミネラル、鉄分、タンニンなどを豊富に含む栄養価の高い蓮根は田んぼの泥や水に含まれる栄養素等を吸収しながら育ちます。水の子会の蓮根は農薬不使用なので安心して食べられる美味しい蓮根です!

れんこんMemo

皮はむかずに食べられます! 皮の部分は特に栄養価が高いといわれています。
節の部分は陽性のエネルギーがぎゅっと詰まっているので、細かく刻んだり、すりおろして、ぜひご利用ください。



有機の里スタッフおすすめ!

ココウェル 有機プレミアムココナッツオイル

スタンドバックで使いやすい! 酸化しにくく、ココナッツ特有の香りがないので炒め物や揚げ焼など、料理に大活躍してくれます。



創健社 麻婆豆腐の素(中辛)

ホタテのうま味が感じられ、ひと味違った麻婆豆腐で、癖になる味です。
ハマるスタッフ続出中!



板藍根

季節の変わり目や気候が不安定な時、風邪かな? と思った時などに活躍してくれます。我が家の常備薬的存在です!



10/23(月)~31(火)
コーボン梅肉酵母エキス キャンペーン
4000円→3600円!



有機の里 飯能店

飯能市栄町15-5
TEL 042-971-2612

10:00~18:45 (日曜定休)
駐車場 店舗前に有

HP <http://yuukinosato.jp>



お店からのお知らせや
イベント情報を
載せていますので
ぜひフォローお願いします♪

