

カラダ想い Letter 8月号



ナリタヤの食べものは、 カラダ想いでありたい。

ナリタヤは、地場である「千葉」の「千産千消」をはじめ、
自然志向・有機食品に力を入れ、口に入るものへの「安心・安全」にできる限りこだわり、
カラダにより力となるものを、日々、提案していきます。



ナリタヤは生産者との関係を大切に、密にコミュニケーションを取り合うことを常としています。
地元の農家や牧場の方々は、いわば「NARITAYA Family」。
ともに「食の安心、安全に取り組み、お客様の健康づくりのチカラとなる商品をお届けします。」



生産者
長野県御代田町
山本さん



※写真はイメージです。



長野県御代田町
山本さんグループ
信州高原のグリーンリーフレタス

美味しさにこだわり、
農薬も出来る限り抑えた
リーフレタスを真空予冷と
冷蔵物流で鮮度を大切に
お届けしています。



生産者
長野県佐久市
白田利保さん



※写真はイメージです。



長野県佐久市
白田さんグループ信州高原のさわかきキュウリ

土作りにこだわり
信州の自然の中で
健康的に育てた
みずみずしくシャキッと
食感のキュウリです。



生産者
長野県小諸市
掛川青臣さん



※写真はイメージです。



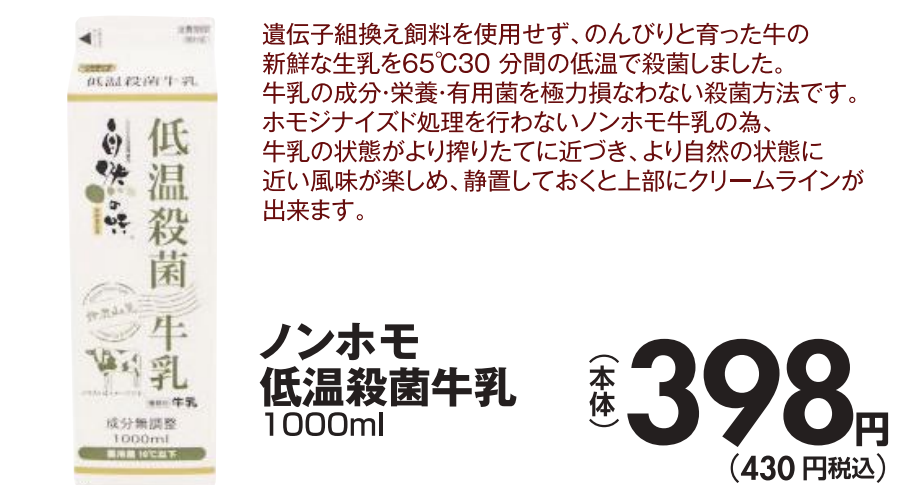
長野県小諸市
御牧ひまわり農園掛川さんおいしいミニとまと

甘みと旨み豊かな
信州の高原育ちの
おいしいミニとまとが
料理を華やかに彩ります。

無添加 国産 美味しさ



安心・安全な国産原料にこだわり、なるべく添加物を使わず、
自然の美味しさを生かした昔ながらの製造方法で造りました。



ノンホモ
低温殺菌牛乳
1000ml
(本体) **398円**
(430円税込)

北海道利尻昆布と道南産真昆布を、国産
有機純米酢に漬け込み、側面より削った
とろろ昆布です。おにぎり、お吸い物には
もちろん、和え物、うどん、蕎麦のトッピング
にいかが？



有機純米酢を
使用した
とろろ昆布
32g
(本体) **378円**
(409円税込)

特別栽培のお米の精算からおかきの
加工まで一貫製造しています。
原料の米は、島根県産で特別栽培
(栽培期間中、農薬も化学肥料も使用
していません)の米です。遺伝子組換え
を避ける為、油はオーストラリア産の菜種
(一番搾り)を使用しました。



特別栽培の
玄米のおかき
100g
(本体) **528円**
(571円税込)



健康に生きる、そのために選ぶ。

なるべく自然のままを。
そのチカラをカラダに取り入れて、健康的に暮らしていきましょう

ホクホクで甘い品種
「ダークホース」を天草の
自然の恵みで作した様々な
有機肥料と善玉菌のチカラで
化学農薬、化学肥料に
頼らずに育てました。



生産者
熊本県天草市
井上さん

自然本来のチカラを引き出す
土作りで化学農薬、
化学肥料に頼らずに育てた
ナスです。



生産者
千葉県市原市
豊増さん

パスタ、ソテー、フライ、
そして生でサラダでも
美味しい農業、化学肥料
不使用のズッキーニです。



生産者
長野県佐久市
佐久ゆうきの会



熊本県天草市
井上さんオーガニック
かぼちゃ(ダークホース)



千葉県市原市
ワンドロップファーム
豊増さんオーガニックナス



長野県佐久市
佐久ゆうきの会
オーガニックズッキーニ

茶葉を発酵させた赤いルイボスは、
「茶葉のカットサイズ」と「葉と茎の割合」、
「有機・非有機」により、5種類のグレードに分け
られています。ガスコの全ティール商品には、
カットサイズが細かく茎の少ないトップグレード
の「ルイボス オーガニック クラシック」を使用。
短時間の抽出で、コクのある風味が楽しめます。
是非発酵のグリーンルイボスも、
ルイボス同様トップグレードの「オーガニック
グリーンルイボス」をぜひお試しください。
あつさりとしたまろやかな風味が特徴です。



ガスコ
有機ルイボスティー
・非発酵TB
・発酵TB
各20P
(本体) **278円**
(301円税込)

さっぱりとして美味しい有機果汁たっぷり
使用のフルーツゼリー3種類が買えます。
冷たく冷やしてお召し上がりください。
有機栽培で作られた果物の果汁をたっぷり
50%使用したフルーティーなゼリーです。
お値段もお買い得で、お好みの組み合わせで
お子様と一緒に楽しくお召し上がりください。



タカナシ
有機果汁入りフルーツゼリー
(オレンジ・アップル・
グレープ)
73g
(本体) **68円**
(74円税込)

有機栽培されたオーツ麦
100%のオートミール。
国内の工場で特殊焙煎
しているため、香ばしく、
くせがなく、そのままでも
お召し上がりいただけます。



オーガニックビュー
オートミール
330g
(本体) **398円**
(430円税込)

カラダ想いレシピ食育チームからのレター

暑さで疲れた身体には夏野菜がおすすめ！
野菜をたくさん食べられるレシピをご紹介します。
焼き野菜の冷しゃぶうどん 夏にぴったりなカラダいたわりメニューです！
※このレシピは、「ナリタヤ旬彩キッチンDAY2020年8月号」より引用しています。

夏にピッタリ！
ひんやりメニュー



ナリタヤ管理栄養士
安田真菜

焼き野菜の冷しゃぶうどん

- ＜材料食材(4人分)＞
- ・ざるうどん(ナリタヤPB純国産シリーズ)320g
 - ・北総豚肉240g
 - ・千葉県市原市ワンドロップファーム
豊増さんオーガニックナス2本(150g)
 - ・熊本県天草市井上さんオーガニックかぼちゃ
(ダークホース) (100g)
 - ・ピーマン2個(80g)・赤パプリカ1/2個(60g)
 - ・みょうが3本(45g)
 - ・生姜1.5片(20g)
 - ・刻み葱適量
 - ・調味料/油適量、にんべんつゆの素
 - 【つゆ:水=30ml:180~200ml】

＜作り方＞

- ①大きめの鍋でお湯を沸かしておく。(うどん用)
- ②別の鍋でお湯を沸かし、酒(分量外)少々を入れて、豚肉を茹でる。冷水にとり、水気をしっかり切っておく。
- ③茄子は縦半分に切って斜めに細い切れ目を入れる。
南瓜は8mm厚に切り、ピーマンとパプリカは種を取って2cm幅に切る。
- ④みょうがは縦半分に切って小口切り、生姜は皮をむいてすりおろす。
- ⑤予め沸かしておいたお湯でざるうどんを茹で、冷水でしめる。
- ⑥鍋に少し多めに油を敷き、茄子、南瓜、ピーマン、パプリカを焼く。
- ⑦器にうどんを盛り付け、その上に、豚肉、③の野菜類を彩りよく並べ、④の薬味と刻み葱をトッピングする。
上からめんつゆをかける。



※この画像はイメージです。

カラダ想いの食材をふんだんに使用したレシピは、いかがだったでしょうか？是非、作ってみて下さい！！

国産 ナリタヤオリジナル 品質と価格、両方にこだわり抜いて開発しました。 Naritaya Original Foods

「素材」「デザイン」女性の声に耳を傾け開発したナリタヤの
ドレッシング、人気メーカーのドレッシングを美味しくいつも
使っているけど※増粘剤(キサンタンガム)、※アミノ酸(うまみ
調味料)等、かさ増しする為の添加物が気になる。そんなお客様に
オススメします。



ナリタヤ
鹿児島黒豚
ドレッシング・香る焙煎胡麻
ドレッシング
各160ml
(本体) **378円**
(409円税込)



菓子部門人気NO.1!!ナリタヤオリジナルの久助かきもち
販売当初から変わらずの人気商品です。いろいろな食感や
味を楽しめてとってもお得で食べて楽しいから
飽きません。

お好みのトッピングで、朝食の一品に。
千葉県産の生乳100%使用の
プレーンヨーグルトです。
フルーツソースやグラノーラと
一緒におすすめです。
カステラやシフォンケーキと一緒に
ちょっとなおやれ朝食にも
おすすめです。うれしい
「脂肪ゼロ」、販売中です。



千葉の牧場
生乳100%ヨーグルト
脂肪ゼロ
400g
(本体) **158円**
(171円税込)