

こんにちは! 配達担当の石原です!
元シェフおススメレシピ第4弾!!
ぜひ作ってみて下さい♪



♪いきいき健康生活

まい
にち
新聞
4月号

〜簡単! パラパラチャーハン〜 **祝** ミツ星

- 〜材料〜(2人分)
- ・ご飯 300g ・長ネギ 4/1本
 - ・ベーコンブロック 100g ・卵 2個
 - ・サラダ油 大さじ4杯 ・塩コショウ適量
 - ・ごま油 小さじ2杯(お好みで) ・酒 大さじ2杯
 - ・醤油 大さじ5杯 ・きざみニンニク お好みで適量

お米マイスター
合格!!

- 〜作り方〜
- 1.ベーコンをサイコロ状に切り、長ネギはみじん切りにします。
 - 2.卵を溶いておきます。
 - 3.強火でよく熱したフライパンにサラダ油を引きなじませます。
 - 4.油がなじんだら卵を入れてすぐにご飯を入れます。
(卵が固まらないうちにご飯とよくからめます。)
 - 5.卵とご飯がよく絡んだら塩コショウをふり軽く味を付けます。(醤油で味を付けるので軽くでOK!)
 - 6.ベーコンを先に入れて軽く混ぜた後に酒と醤油を鍋肌から入れます。
 - 7.最後にネギ・ごま油の順に入れて全体が混ざれば完成!

One Point!

- ・きざみニンニクを入れる場合にはベーコンを入れるタイミングで入れて下さい!
- ・強火で焦がさないように手早く煽るのがPointです!
- ・パラパラにするにはご飯を入れた時にいかに卵を絡められるかが勝負です!

おススメ米は幻の米or新潟県産コシヒカリ!!
是非お試し下さい!! 詳しくは配達担当石原まで!!

玄米より食べやすい♪

5分搗き米

試してみよう!!

山田屋田んぼプロジェクト米
特別栽培米 長野県産 ミルキーQueen

1kg 750円(税込)のところ

★5分搗きお試し価格★

650円(税込)

〜4/30まで

※シール2倍・
その他割引対象外



【新商品】



菜の花ごはん(桜の花入)→

筍、人参、ヒラタケなど彩り鮮やか。ちらし寿司に最適

混ぜご飯の素3合用 380円(税込)



←姫ちゃん漬

山ごぼう、大根、胡瓜、青唐辛子を
あのつや姫で作った味噌で漬けました!
ピリ辛でおにぎりにピッタリ♪

110g 318円(税込)

つや姫とセットで
シール2倍実施中!



5月 ご来店サービスDAY カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3祝	4祝	5祝	6	7
定休日	シール2倍	定休日	定休日	定休日		来店限定 土曜日 10-18時
8	9	10	11	12	13	14
定休日	シール2倍		定休日			来店限定 土曜日 10-18時
15	16	17	18	19	20	21
定休日	シール2倍		定休日			来店限定 土曜日 10-18時
22	23	24	25	26	27	28
定休日	シール2倍		定休日			来店限定 土曜日 10-18時
29	30	31				
定休日	シール2倍					

【来店限定】サービスは、配達対象外です。

土曜日【来店限定】
毎週土曜 10~18時
玄米量り売り・白米製品
20%引(一部除外有)

【調布市内 配達情報!】

2kg以上または2,000円以上で配達料無料です。
前日までのご予約で割引配達(会員ランクに準ず)
南側:火・木・土曜日の配達でシール2倍
北側:月・金曜日の配達でシール2倍



お米館ブログ / HP

4/23(土)

仁多米フェア!

島根県奥出雲から♪
筍 まに合うかも?!



★予告★

5/28(土)

秋のきらめき
♪ フェア! ♪

待望の秋田新品種!
お試しのチャンス♪

調布本店

お米館

株式会社 山田屋本店

【調布市布田2-1-1 ㊟042-482-2011】

店舗・配達営業日:月火木金土 定休日:日曜・祝日・水曜
店舗営業時間:月火木金土10:00~18:00
配達時間:9~12時・13~15時・15~18時



0120-82-4485