

まいにち新聞 7月号

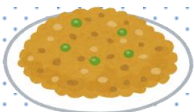
こんにちは! 配達担当の石原です!
元シェフおススメレシピ第7弾!!
ぜひ作ってみて下さい♪



～ 夏にピッタリ美味しいドライカレー ～

～材料～(2人分)

- ・合いびき肉 100g
- ・ズッキーニ 1/4本
- ・パプリカ 1/4個
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・ご飯 400g



～ソース～

- ・トマト缶 大さじ2
- ・カレー粉 小さじ1/2
- ・ケチャップ 小さじ1/2
- ・ウスターソース 小さじ1/2
- ・顆粒コンソメ 小さじ1
- ・塩コショウ 少々
- ・水 100cc

～作り方～

- 1.野菜をみじん切りにし、ソースの材料を別で混ぜておきます。
- 2.鍋に油を少しひいて温めたらみじんぎりにした野菜を炒めます。
(玉ねぎが透き通ってきたらOKです!)
- 3.次に肉を入れて更に炒めます。
- 4.肉に火が入ったら混ぜておいたソースを加えて水気が飛ぶまで煮詰めます。
- 5.最後にごはんを混ぜ合わせて完成!



One Point!

- ・ソースを入れた段階できざみバジルなどを少量加えると香りが増してGOOD!
- ・自分流に色々な野菜を入れてみてもOKです!

おススメ米は夏にピッタリ秋のきらめき!

是非お試し下さい!! 詳しくは配達担当石原まで!!

いきものみつけファーム
田植えIN山梨!! 6/19(日)
総勢100名で楽しく田植えをしました♪



【新商品】

奥出雲和牛カレー

イベントでも好評の一品♪
ぜひお試し下さい!



215g 550円税込



しそ昆布

老舗京都野村佃煮
爽やかなしそ風味

75g 390円税込



この時期、お米の炊き方を一工夫しましょう!

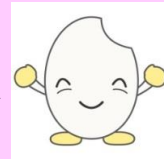
「パサついている」「美味しくない」新米前のこの時期に増える声。

夏場は、お米の炊き方や保存に一工夫が必要な時期です!

以下の方法を試してみましょう!

- ①夏は水温が高く炊飯時蒸発しやすいため、水は少し多めに。
- ②夏は暑いので、米の劣化が早くなります。冷蔵庫保管必須!!
- ③粘りの強い低アミロース米などを選ぶ
- ④もち米などを1割程入れて炊く

※少量ずつの購入、密閉容器に入れ冷蔵庫で保存、早めに食べきる事をオススメしています。



8月 ご来店サービスDAY カレンダー

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

【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

7/30(土)

Summer

夏! 米フェス♪

夏の美味しいご飯の食べ方 &
今注目の発酵食品などご紹介!!
さらに、昨年大好評の
福井のスイカ『夏の天使』入荷♪

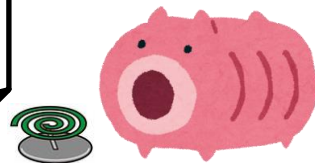
★予告★

8/27(土)

新米

ハナエチゼンフェア!

また今年も入荷♪
今だけの季節限定品♪



調布本店

お米館

株式会社 山田屋本店

【調布市布田2-1-1 電話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