

# なちゅらる

生活協同組合 ナチュラルコ-op・ヨコハマ TEL 045(895)2525  
商品クレーム・誤配専用フリーダイヤル FAX 045(895)2331  
お問い合わせ (8:30~17:00、土日除く) 0120(558)380

注文書提出日	2/6日	7日	8日	9日	10日
定例企画配達日	2/13日	14日	15日	16日	17日
特別企画配達日	2/20日	21日	22日	23日	24日

ホームページ、FAX専用紙でのご注文

<https://www.naturalcoop.jp/> 045(895)2331  
注文書提出日の翌朝9:00まで受付、また提出日より事前にご注文いただけます  
ご利用登録も上記アドレスから

## 千葉県白井エコクラブ

中村さんの

# ほうれん草



186

中村さんの  
ほうれん草  
約250g

198円 税込214円



187

中村さんの  
ちぢみほうれん草  
約250g

258円 税込279円



白井エコクラブのメンバーの中村さんは農業をやって一番うれしかったことが「納得できる野菜ができたとき」、「工夫がうまくいったとき」、組合員さんに「美味しいと言ってもらえたとき」、と話します。毎年この時期のほうれん草は寒さを利用して糖度が高まる為おすすめです。旬の野菜は美味しく、栄養価が高いです。常夜鍋は毎日食べても飽きがこないことが由来と言われています。味付けはシンプルにぼん酢でそのままいただいたり、またお好みの薬味などを加えたりと、色々なアレンジで楽しむことができます。



中村さんの畑は化学肥料を使わずに自家製堆肥を米ぬか、糞殻、馬糞、ワラ、木のチップなどから3年間かけて作ります。風通しが良くなるように、畝間を空けて作ることで病害虫を防ぐなど、とにかく手をかけています。農業を極力使用しない為、草取りがとても大変ですが、安心して食べて頂けるように頑張っています。

特価

262

無薬ハーブ豚  
バラスライス

200g 通常税込637円を

570円 税込616円



384

油揚  
3枚

188円 税込203円

535

金笛ぼん酢しょうゆ  
ゆず

150ml

460円 税込497円



644

菓房はら山大福

40g×5個 通常税込852円を

740円 税込799円

北海道産小豆で作ったつぶ餡を、もちもちで柔らかいお餅で包んだ人気の大福です。



645

菓房はら山風の鶏

40g×4個 通常税込686円を

588円 税込635円

有機銀手七と北海道産てんさい糖で作った白餡を、うすい生地で包んだ焼き菓子です。



646

バターどら焼き

60g×3 通常税込896円を

785円 税込848円

国内産青豌豆(あおえんどう)豆の餡をバターでサンドし、ふわふわの生地ではさみました。

作り手が口に入れたくない添加物は使わない原料にとことんこだわった現代において貴重な和菓子です。ぜひ、ご賞味ください。

冬の  
お勧め  
和菓子  
菓房はら山

### 特別企画品

特別企画の注文欄に  
6ヶケ番号でご記入ください

●くらしと生協 ●だんらん ●日本の旨い ●童仙房 ●第3世界ショップ特集 ●お酒 ●真珠特集 ●本実晴天 ●家庭画報 ●エルベナ化粧品 ●山澤清のハーブ物語 ●ソラデー&消耗品 ●ヤングビーナス ●新生活 ●掃除雑貨特集 ●便利雑貨LIFE  
翌週配達 ○キャロット931249 / ○スクロール 新規登録受付 ◎予約米募集