



## 安心工房 ご利用のみな様へ



### ● 野菜のおはなし



【レンコン】  
花言葉  
「清らかな心」

「沈着」「休養」「雄弁」等沢山ありますが「清らかな心」は、泥水を吸い上げた先に美しい花を咲かせることから生まれたようです。当社では栽培にこだわった無漂白レンコンを使っています。冬の季節は粘り、甘みの特徴で栄養価も高く食養御膳にも多く利用しています。

安心工房  
米山  
正

十一月のご挨拶  
山々が紅葉に染まると、野菜は甘みを増し、魚類は脂がのり本当に美味しい季節に入ります。農家も魚屋も鼻高々で出荷して来る。食材がいいと、先ず喜ぶのは調理スタッフです。どのお惣菜も味も香りも食欲を誘うものばかり、厨房内の空気が笑みに包まれます。そんな作業風景を見ていると秋の食材とは、天高く馬肥ゆる秋、食欲の秋、名言通りのふくよかな味わいを楽しめるいい季節です。ご利用のみなさんには秋の味覚を十分堪能していただき、体力増強に結び付くよう食養御膳の味をもっと深めたいと思います。



できました

### 「食養御膳」「ふたりの夕食セット」

#### ★ 12月のおこんだて ★

朝晩グッと冷え込むようになってきました。彩り野菜の肉じゃが、タラとじゃが芋のカレースープ、豚肉と白菜の和風煮、具たくさん豚汁、鶏肉と野菜の豆乳煮、冬のミネストローネ、牛すじ肉と冬野菜のカレー、つくねときのこのサンラータン。心も身体もほっこり温まるおこんだてにしました。

詳しくは

「安心工房ちよくばい品12月」をご覧ください

### 12月の新しい人気お惣菜

○やみつき  
ヤンニョムチキン



○鶏肉ときのこの  
味噌クリーム煮



○甘辛  
ジャーマンポテト



「クリスマス  
スペシャルBOX」  
「七福年越しBOX」  
に追加注文もできる  
新惣菜をと考え  
ました。  
楽しい思い出作り  
にお勧めです。

### ご自宅でゆっくり楽しみたい方へ お勧めの年末特別セット



「クリスマススペシャルBOX」  
「七福年越しBOX」をご用意  
しました。どちらも7品×2  
パックセットと7品×1パ  
ックセット(ハーフタイプ)が  
あります。詳細は同梱チラシ  
をご覧ください。

### ～Side Dish～ 事務のご連絡



#### ●「クリスマススペシャルBOX」 「七福年越しBOX」

ご案内チラシをお届けしています。  
締切は11月21日(火)午前9時まで。  
ご注文お待ちしております。

#### ●「人気お惣菜一部値上げ」についての お願いとご連絡

この一年の間にも調味料や原材料の値上げが続いています。原材料の見直しや仕入れ先開拓などに努力してまいりましたが、食材の内容によって原材料費アップとなった「人気お惣菜」があります。大変心苦しいのですが1月より一部人気お惣菜につきまして値上げの予定を検討しております。12月中のお届けまでは現在の価格です。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



### ご意見ご感想ありがとうございます

追加で選べるお惣菜を1つでも同梱していただいたら送料はかかるのでしょうか？ 東京都 S様

「食養御膳」等のセット商品ご注文のお客様には新たな送料追加なく「人気お惣菜」「お肉」の同梱もできます。ご注文量に応じて箱を選び1個口でのお届けを心がけていますがご注文数によって2個口でのお届けになる場合がございます。その場合は送料1個口分が追加となります。ご了承ください。

ご連絡並びにご確認ありがとうございます。貴御膳は栄養たっぷり、添加物も入っていないので、安心して、汁までまるごと頂いております。今後の献立も楽しみにしています。 神奈川県 S様

ありがとうございます。季節の食材を多く取り入れ、調味料等にも細心の注意を払いながらお料理作りを心がけています。ご感想をお待ちしています。

この紙面の詳細は同封のチラシと注文用紙に掲載しています。

詳しい情報は安心工房 HP <https://www.anshinkoubou.co.jp/> をご覧ください。





～風邪予防にも体力増進にも～

作り方はシンプルでもやみつきになる「ねぎ塩豚」

無添加  
ははの味



私のおすすめ

「ねぎ塩豚」

秋も深まり、暦の上ではもう立冬です。今回はたっぷりとねぎを使ったお惣菜を紹介します。

ねぎには強力な殺菌効果があり、のどや口の中の風邪ウイルス繁殖を抑える効果もあるそうです。肉類と一緒に食べれば体力アップも期待できるとか。まさにこれから迎える季節にピッタリの「ねぎ塩豚」です。豚肩ロースを丁寧にソテーし、たっぷりの長ねぎと玉ねぎの塩レモンだれ添えです。旨味のある塩味がとても癖になり食欲倍増、ごはんもしっかり食べられます。(瀬野)



ねぎも玉ねぎも丁寧に手切りのみじん切り。さっと蒸します。



平牧の豚肩ロース。お酒で下味をつけ、小麦粉を振り焼き上げます。



蒸しあがったねぎと玉ねぎは合わせ調味料(ごま油・洋風だし・レモン果汁など)で味付け。



焼きあがったお肉にたっぷりのネギだれをのせて出来上がり。



今年も「紅玉ジャム」できました

～すべて手作業の

無添加手作りジャム～



高温障害で心配されましたが、できの良い紅玉が入荷しました。



丁寧に皮を剥き、芯を取り除いていきます。



皮はガーゼに入れて色付けにりんごと一緒に煮ます。



皮を取り出し、アクを丁寧に取り除きながら煮詰めていきます。



計量しながら瓶に詰め殺菌します。キャップをぎゅっと締めて完成。



無添加手作りジャム「いちご」「ラ・フランス」もあります。

安心工房で使っている

調味料のご紹介

「よつ葉バター」

よつ葉乳業株



HPより一部抜粋

自分たちの手で、より良い牛乳と乳製品をお客様にお届けしたい。そんなまっすぐな願いを持った酪農家によって生まれました。北海道の酪農家が生産した良質な生乳(しぼったままで、加熱・殺菌等をしていない牛乳)を原料に安全で高品質な生乳・乳製品をお届けしています。「おいしさ」を基本に新たな価値の創造に努めます。北海道のおいしさをまっすぐに。地域の水環境を守る取り組みや未来へつなぐ森林保全活動も続けています。

～お申込み締め切りと発送のお知らせ～

※12月1日(金)は特別週の為

「食養御膳」や「安心ミート」などの通常の発送がありません。

● 「食養御膳」 「ふたりの夕食セット」

申し込み締切日時	発送日
11月 7日 (火) 9:00	11月4週分 11月24日 (金)
11月14日 (火) 9:00	12月1週分 12月 8日 (金)
11月21日 (火) 9:00	12月2週分 12月15日 (金)
12月 5日 (火) 9:00	12月3週分 12月22日 (金)

● 「冷凍ごはん」 「お急ぎセット」 「単品人気お惣菜」 「他社製品お取り扱い」

申し込み締切日時	発送日
毎週火曜日 9:00	その週の金曜日最短

● 「安心ミート」 毎週お届け

豚肉：平田牧場 鶏肉：千葉産直つくば鶏

申し込み締切日時	発送日
毎週火曜日9:00	翌週金曜日

● 「ちわっす魚屋さん」 月1回お届け

申し込み締切日時	発送日
12月 5日 (火) 9:00	12月15日 (金)

● 「安心干物」 月1回お届け

申し込み締切日時	発送日
11月21日 (火) 9:00	12月15日 (金)