

粒だより

2021年6月 54粒目

青汁！わあお

「ピカイチ野菜くんの「青汁」は凄く飲みにくい。昨今のよそ様の青汁はおいしい、とかフルーティとか、飲みやすさを追求して味を調整してしぎを削っている印象がありますが、そもそも汁じゃない商品が多いですね。ピカイチ野菜くんはというと、すーっとケール100%の自然そのまの搾り汁なんです。しかも、有機JASのケール葉。何も入っていないので、農薬やうがいおいしくないんです。私もお酒も飲むし、歯や髪の毛、加齢臭も気になるので、農薬やうがいおいしくないんです。この飲みにくいさは絶対で、いつまでも慣れないですね。だから、飲みたくなくなってるし「何で飲まなきゃいけないの…」と苦しくなってます。そして、ナチュラルにお休みの日です。でも、こんなことがあったんです。先だって胃の調子がわるくなったので、原因はいろいろ調べて、とにかく重い、胸やけ、胃もたれ、で絶対調。一週間くらいいろいろやりましたが改善されない。ほんとに弱りまして困ってました。朝、夜1パックを2回飲み始めました。めっちゃ、ますます顔を赤くして飲むのですが「わあお！」「青汁 わあお」です。体の中が涼しくなるようなスッキリ感で、私の体調にはベストマッチ。大変飲みにくい、決して美味しい物ではないのですが、私には効く！感マンサいで、感謝と共に、また毎日1パックを飲んでおります。休みもあるけど、続けることは大事。力になります。

上記内容は個人の感想です。効果効能を示すものではありません。

粒だより

2021年6月 54粒目

安プレラスカイ

—— 粒だより6月号もくじ

表紙面 社長忙中閑記 畑だより お悩み解決 新商品のご案内	表紙裏面 かなごさんのレシピ ほりえの学校 貯こつと健康法 編集後記	内面 〇〇に突撃！ ハートトゥハート
---	--	--------------------------

かなごさんのかんたんレシピ

人参繊維を使ったお好み焼き

今回のレシピは

材料（2人前）

- 卵 …1個
- 薄力粉 …50g
- 水 …100ml
- きゃべつ …1/4玉
- 豚バラ薄切り …130g
- 人参の繊維 …100g
- サラダ油 …大さじ1

生地材料

作り方

- ① きゃべつを千切りにする
- ② ボウルに生地材料を入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。きゃべつ、豚バラ、人参繊維を入れさらに混ぜる。
- ③ 中火で熱したフライパンに油をひく
- ④ お好み焼きの生地を平たく広げ、中火で蒸し焼きにする。
- ⑤ 焼き色がついたら裏返し、再び蓋をして中火で蒸し焼きにする。
- ⑥ お皿に移して、ソース、マヨネーズ、鰹節、長ネギ、青のりを好みでトッピングして完成！

人参の繊維ががくし味！

お悩み解決

Q. 「人参が傷んでしまうのが早い気がする」「どうしたら持ちしやすくなるの？」

A. お届けした人参の保管方法をご紹介します！

- 1 届いたらまず1本1本点検！
傷があったり、柔らかい人参から使うようにして下さい。
- 2 水滴は、必ず清潔な布やふきんなどで丁寧に拭いて
水滴がついたまま冷蔵庫へ入れると傷みが早くなる原因に。
- 3 オリジナル鮮度保持袋キャロフレッシュを活用！
お届けの際に使用している鮮度保持袋は洗って繰り返し使えます！
少しだけ空気を残して袋の口をしっかりと密封してご利用下さい。
- 4 必ず冷蔵庫で保管！

人参は、葉の方を上にして保存するとより良いと言われてます。正しく保存した人参と、水滴がついた状態のまま保存した人参では傷むスピードが違ってきます！
お届け後のひと手間、かけてあげてくださいね。

畑だより

今年も里芋の定植時期になりました。里芋は水分を多く含む土でよく育つ特徴があります。にんじんには向かない土ですね。ピカイチ野菜くんの畑には、湧き水の影響で常に湿っている畑があります。ここは里芋にぴったり。里芋は種や苗ではなく種芋を使います。種芋は、去年収穫した里芋の中から厳選した芋を種芋として保管します。種芋は約1メートル程度掘った土の中に埋めておきます。子孫が代々続いていくわけですね。まずは、種芋を掘り出すことからスタートです。シャベルで掘り進めていくと里芋が出てくる出てくる。宝探しのようで嬉しくなります。今年は去年より多めの里芋を定植します。収穫時期は、10月ごろになりますのでぜひお楽しみに！

2019年収穫の様子

Hurom H-AA マットブラック

スロージューサー

6月より発売！

キッチンに馴染みやすい、ツヤ消しタイプのブラックカラー！

2016年に販売開始以来、大人気の機種H-AAシリーズから、マットブラック色が満を持して登場！

最後まで搾りきる搾汁レバー
CLOSEで搾るとジュースがマイルドに洗淨時はOPEN！

さらさらな飲み口のメッシュタイプフィルターは、人参ジュースにピッタリ！

ほりえのがっこう

楽しく解こう！

問題

上下左右の漢字と二字熟語ができるように、真ん中に1つ漢字を入れてください。(読み方は矢印の方向です)
最後に真ん中に入れた漢字で1つの単語になるので、それも教えてください。

第1問

例題 紅 → 色 → 室 → 茶 → 色 → 室

第2問 虚 → 垢 → 皆 → 限 → 皆 → 限

第3問 海 → 刊 → 満 → 見 → 海 → 見

3問を合わせた答え

5月号答え合わせ

5月号はクロスワードでした！
みんな全部の答えが分かったかな？

答えは

こいのぼり

健康を貯める貯こつと健康法

カラダを動かす習慣をつけたいけど、時間もないし、体力も心配。そんなあなたに日常でちょこっと出来る運動をご紹介します。

一朝におすすめストレッチ

目が覚めたらまず！カーテンを開ける前・スマホを見る前に寝たまま足は下へ、手指は上に引っ張るようなイメージでぐ~~~~と伸びてみましょう。たっぷり呼吸をしてお目覚めの合図。就寝中は筋肉が縮まっていますので、伸ばすのはとってもいいんです。

もうちょっと頑張れるあなたへ

ぐ~~~~と伸びたあとは、手足をあげてばたばたとさせてみましょう。伸びたカラダを緩ませることでさらに血流が良くなります。体中が新しいエネルギーでいっぱい！

※ご自身のカラダの調子に合わせて無理のない範囲で行ってください。

編集後記

6月となりました。気温もだいぶ高くなってきており梅雨時期に突入なのではないでしょうか？ちょっと前までは富士山に雪が積もっていたのですが、だいぶなくなってまいりました。新学期もあり新しい動きが出てきそうですね！そんな中弊社も動画の撮影や農産部の畑など新しいことにも取り組むを開始しております。動画等でご紹介しておりますレシピは、お客様からいろいろ教えていただいております。絞った後のカスってどうすれば？と、お悩みの方は参考にいただければと思います。また、粒だよりも始めてから4年が経ち、だいぶ様変わりしてまいりました。「いつも見えます」と暖かいコメントをいただき本当に続けてきて良かったと思っています。今後とも鋭意努力してまいります。感謝 國末健太

株式会社一粒万倍

〒419-0123 静岡県田方郡函南町間宮 897-1

TEL:0120-09-1831 営業時間 平日 9:30-18:00 (土日祝日は休業です)

FAX:055-977-7833 MAIL: info@pika831.com