

# キラキラマーケット

## おかげさまで 7周年祭

新潟の美味しい旬に出会える直売所

6月19日(土)・20日(日)

**こしいぶき**

限定 50袋/両日 特別 限定 10袋/両日 特別

白米 5kg **1,500円** (税込1,620円)

玄米 30kg **7,777円** (税込8,399円)

当日は混雑が予想される為、30kgこしいぶきの精米サービスは中止させていただきます。

**北雪 対面販売**

20日(日)

BSNでお馴染みのラジオパーソナリティ 立石勇生さん来店!北雪売る!

**農家さんの対面販売**

おいしい野菜販売します!!

キツエミサから7周年記念の色が変わる魔法のジェラート

2日間はトッピング無料

おかげさまで、キラキラマーケットは開店から7周年を迎えることができました。これまで以上に充実した新潟農産物の魅力をお届けするため、7周年祭を開催します。皆様のお越しをスタッフ一同お待ちしております!

**とうもろこしフェア**

7月3日(土)・4日(日)

**枝豆フェア**

キラキラフェスタ同時開催

7月10日(土)・11日(日)

**おいしいスイカ** ありますよ

新鮮は美味しさ

人気No.1 人気No.2

枝豆菜フト 枝豆となす漬合せツト

早期予約(6/18~6/30)でキラキラ・コシヒカリ3合 **プレゼント**

新潟の「おいしい」を贈りませんか? 詳しいチラシあります。オンラインからも申込みます。

**月末恒例100円市**

7月31日(土)・8月1日(日)

いくとびあ食花

新型コロナウイルス感染防止へのご協力について

- ◆マスクの着用をお願いいたします。
- ◆入退店時、手指のアルコール消毒をお願いいたします。
- ◆店内では、間隔を十分空けていただくよう協力ください。
- ◆大声での会話はお控えください。
- ◆店内の換気、従業員の検温、アルコール消毒などの対策を実施しています。

JA新潟市キラキラ クーポン使えるよ!

利用期間 令和3年10月末まで

旬のお得な情報をいち早くお届け

HP Face Book Twitter LINE Instagram

●新潟市中央区清五郎336 ●Tel:025-384-8487 ●Fax:025-384-8470  
●定休日:第2火曜日(但し8月無休) ●営業時間:10:00~18:00

いくとびあ食花キラキラマーケットJA新潟市直売所

※予定しているイベント等は都合により開催できない場合がございます。※写真はイメージです。

にいがたの農業とあなたをつなぐ

# きらきらいふ

Kirakira Life

2021 SUMMER VOL.09

## キラキラマーケット7周年祭

### 農産物50名様プレゼント!!

きらきらいふはJA新潟市の情報誌です

**Contents**

- ・南浜スイカの魅力
- ・おうちごはんを作ろう
- ・ごはんとわたし
- ・生活応援キャンペーン
- ・キラキラマーケット7周年祭

We Love Watermelon

愛しの南浜スイカで夏を乗り切る

JA新潟市

### JA新潟市のSDGsの取り組み

17 パートナリシップで目標を達成しよう

持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化させる

2 飢餓をゼロに

飢餓に終止符を打ち、食料の安定確保と栄養状態の改善を達成するとともに、持続可能な農業を推進する

SDGsって?

持続可能な開発目標(SDGs)とは、持続可能な世界を実現するために国連が設定した国際目標で、17のゴール・169のターゲットから構成されています。

JA新潟市では、新潟市と地域の活性化と持続可能な地域農業の維持・発展に向けて「地域連携協定」の締結を行いました。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

地域連携協定締結式

### 応募して当てよう「キラキラ夏のプレゼント」応募はキラキラマーケットで!

【応募締切】令和3年7月20日(火)

【応募場所】いくとびあ食花キラキラマーケットJA新潟市直売所

下記の応募用紙に必要事項をご記入のうえ、キラキラマーケット備え付けの応募箱へご応募ください。  
※当選者の発表は、厳正なる抽選のうえ、当選通知を郵送いたします。当選品はキラキラマーケットでお渡しとなります。

①新潟市産コシヒカリ 20名様

②南浜スイカ 30名様

農業に関する応援メッセージやJAに関するご意見などをお聞かせください。

〒 \_\_\_\_\_

ご住所 \_\_\_\_\_

TEL \_\_\_\_\_

お名前 \_\_\_\_\_

ご希望の番号 ↓ \_\_\_\_\_

応募用紙

※ご記入いただいた個人情報は、プレゼント企画以外には使用しません。

# 愛しの南浜スイカで夏を乗り切る



〈南浜スイカ生産者／かねだ まさき 金田優希さん〉

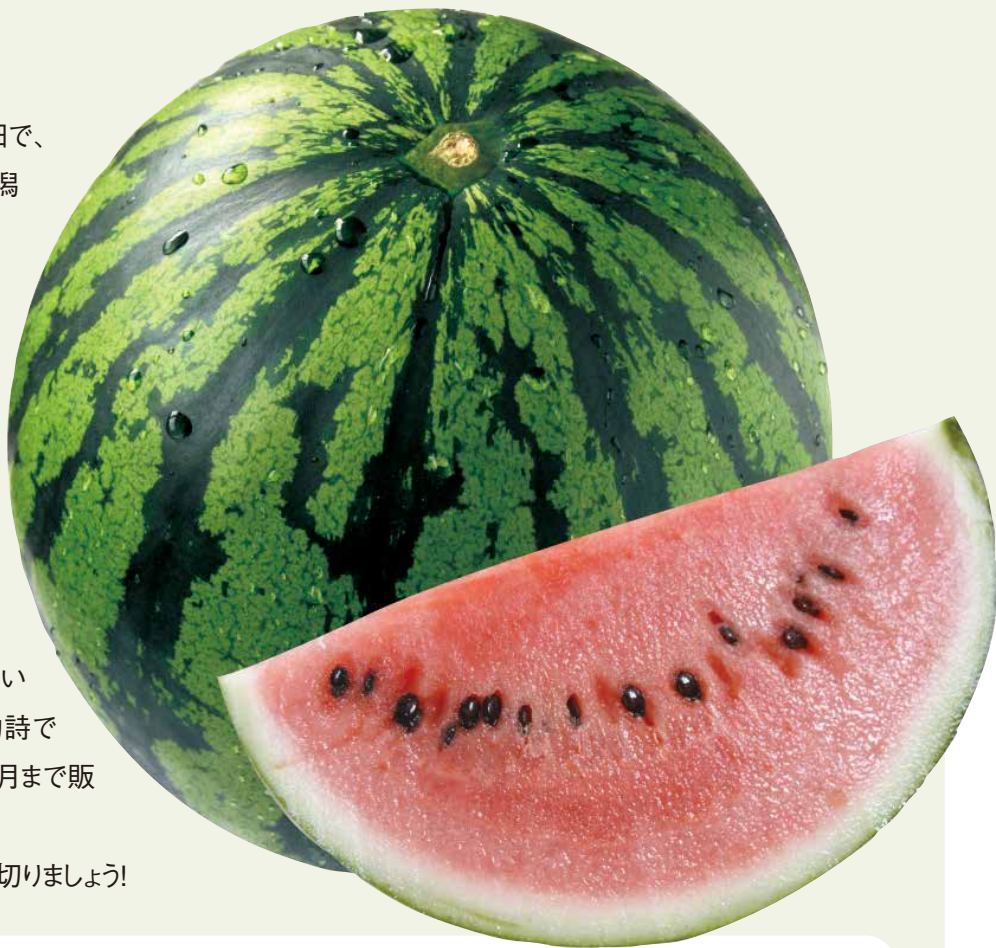
一度食べたらその美味しさに魅了される南浜スイカ。心地よい海風に吹かれ、水はけの良い砂丘地の畑で、スイカ作りの達人らが作り上げる南浜スイカは、新潟市民が愛してやまない「新潟市の食と花の銘産品」のひとつです。

夏が来ると、爽やかな甘さとシャリとした食感がたまらない大玉スイカがズラリと店頭に並びます。最近は品種名にもある“ひとりじめ♡”できそうなかわいいサイズの小玉スイカも大人気です。

スイカは90%が水分ですが、カリウムなども含んでいるため、余分なナトリウムを排出し、疲労回復や夏バテにも効果があると言われています。

花火やお祭りはもうちょっとおあずけだけど、美味しいスイカは私たちに幸せ気分を運んでくれる夏の風物詩ですね。JA新潟市のキラキラマーケットでは、6月～8月まで販売されています。

愛しの南浜スイカを食べて、コロナも夏の暑さも乗り切りましょう!



## スイカシャーベットの作り方

- 材料 2人分
- ・スイカ……………150g
  - ・砂糖……………30g
  - ・お湯……………大さじ2
  - ・レモン汁……………大さじ1
  - ・チョコチップ……………適量



- 〈作り方〉
- ①お湯にレモン汁、砂糖を入れて溶かす。
  - ②スイカを角切りにし、種を取る。
  - ③ミキサーに①②を入れ、滑らかになるまで攪拌する。
  - ④③を容器に入れて冷蔵庫で冷やして固める。途中で何度かかき混ぜる。
  - ⑤④を器に盛り、チョコチップを飾る。

監修:鈴木 麻友子



スイカの美味しい食べ方♡

冷やし過ぎにご用心!  
食べる2時間前位に  
冷蔵庫で冷やして  
食べると美味しいよ♡

## スイカのオススメな切り方

スイカは中心が一番甘い!  
中心部分が頂点になるように  
切ると、何個にきっても同じ  
甘さになるよ♡

### 南浜スイカ 収穫カレンダー

大玉スイカ(品種:祭りばやし777, RG)

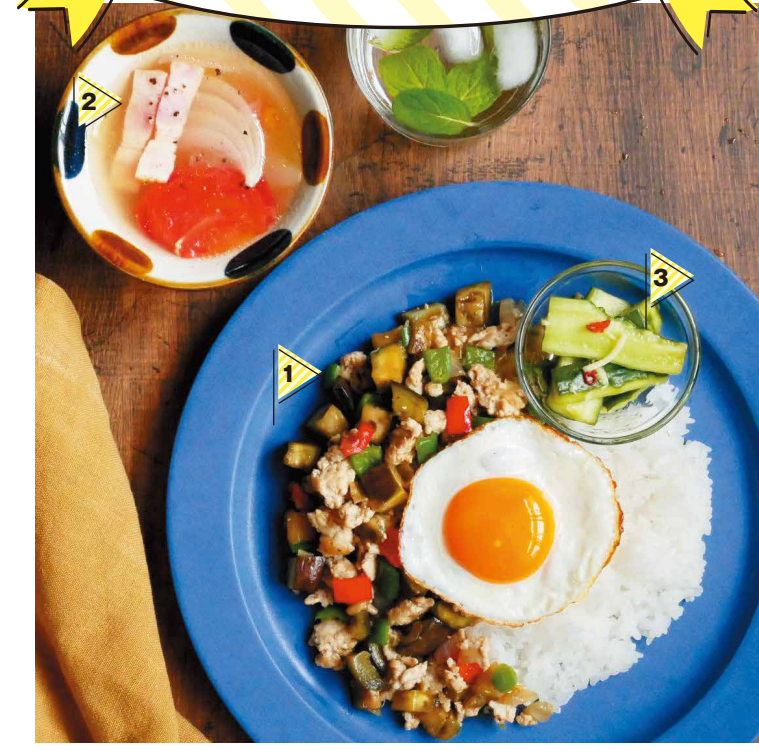
5月	6月	7月	8月	9月
----	----	----	----	----

小玉スイカ(品種:ひとりじめ7, ひとりじめBonBon)

5月	6月	7月	8月	9月
----	----	----	----	----

## とれたて! えいっとレシピでおなじみ 村山瑛子先生監修

キラキラマーケットでお買い物をして  
おうちごはんを作ろう



### 1 ナスのエスニック肉そばごはん

- 材料 2人分
- ・とりひき肉……………120g
  - ・丸ナス……………1個
  - またはナス小2本
  - ・玉ねぎ……………1/4個
  - ・ピーマン……………1個
  - (色付きピーマンが少し入るとキレイです)
  - ・にんにく(みじん切り)……………1かけ分
  - ・サラダ油……………大さじ1/2
  - ・オイスターソース……………小さじ3~4
  - ・ナンブラ……………大さじ1
  - ・酒……………大さじ2
  - ・きび糖……………小さじ1~1と1/2
  - ・醤油……………小さじ1/2
  - ・目玉焼き……………2個
  - ・ごはん……………好みで
- 〈作り方〉
- ①玉ねぎは粗めのみじん切り、ナス・ピーマンは1.5センチ角に切る。Aを合わせておく。
  - ②フライパンに油とにんにくを入れて、香りがしてきたらひき肉を加えて炒める。ひき肉の色が変わったら塩・胡椒をしてナス・玉ねぎを加えて全体に油が馴染んだらよく混ぜたAを加えて炒める。
  - ③水分がなくなってきたらピーマンを入れて炒め合わせる。ご飯にのせて上に目玉焼きをのせる。
- ※とりひき肉があれば鶏むねひき肉を使うと食べ応えがあっておいしい。好みで一味唐辛子をかけてもよい。

### 2 トマトと玉ねぎのスープ

- 材料 2人分
- ・トマト……………1/2個
  - ・玉ねぎ……………1/4個
  - ・ベーコン……………2枚
  - ・顆粒のコンソメ……………小さじ1強
  - ・オリーブオイル……………小さじ1/2
  - ・塩・胡椒……………適量
- 〈作り方〉
- ①トマトは4等分・玉ねぎは3等分のくし形に切る。ベーコンは1センチ幅に切る。
  - ②鍋に水400mlとコンソメ・ベーコン・玉ねぎを入れて蓋をして10分煮る。トマトを入れてサッと煮て塩・胡椒で味をととのえ、最後にオイルを加えて完成。

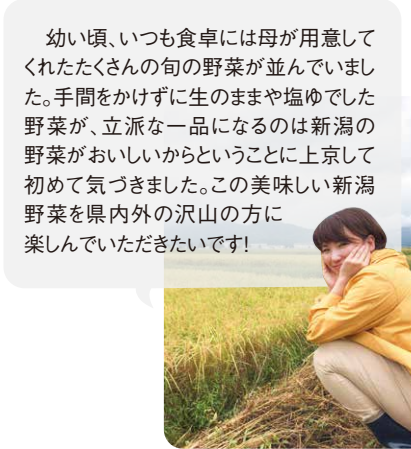
### 3 きゅうりのナンブラ漬け

- 材料 2人分
- ・きゅうり……………2本
  - ・輪切り唐辛子……………1本分
  - ・生姜(千切り)……………1かけ分
  - ・塩……………2つまみ
  - ・ナンブラ……………小さじ1
  - ・酢……………小さじ4
  - ・きび糖……………小さじ2
- 〈作り方〉
- ①きゅうりは縦に3本ピーラーで皮をむき、縦半分にして3等分にする。
  - ②チャック付きの袋などにきゅうりを入れて塩をする。よく揉み込んでからAと生姜を入れる。袋の上から麺棒などで軽く叩き、冷蔵庫で30分以上置き、味をなじませる。

### 村山 瑛子 Eiko Murayama

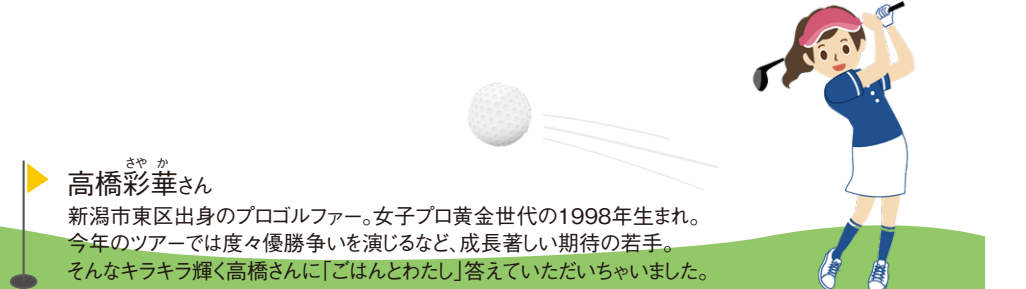
新潟県燕市出身。大学卒業後料理家アシスタントを経て独立。雑誌やテレビなどへの出演やレシピの制作・提供を行う。

近年では東京と新潟を往来し、新潟の「美味しい」を全国に発信中。NST「スマイルスタジアム」内では自身のコーナーを持ち、オレンジページ主催の料理教室では「新潟めし」の講師を担当している。



幼い頃、いつも食卓には母が用意してくれたたくさんの野菜が並んでいました。手間をかけずに生のままや塩ゆでした野菜が、立派な一品になるのは新潟の野菜がおいしいからということに上京して初めて気づきました。この美味しい新潟野菜を県内外の沢山の方に楽しんでいただきたいです!

## 高橋彩華プロに聞く!! ごはんわたし



高橋彩華さん  
新潟市東区出身のプロゴルファー。女子プロ黄金世代の1998年生まれ。今年のツアーでは度々優勝争いを演じるなど、成長著しい期待の若手。そんなキラキラ輝く高橋さんに「ごはんわたし」答えていただいていた。

- Q 好きな食べ物を教えてください。(主食・野菜・デザートそれぞれお願いします)  
焼肉 特に牛タン、芋類、杏仁豆腐とアイス。焼肉は毎日でも食べられます。
- Q ツアーや練習などで日本全国飛び回っていると思いますが、その際に食べたい新潟の食べ物はありますか?  
おばあちゃんの作ってる長芋とお米が食べたいです。とろろご飯にするとういしいです。芋の味が濃くてお米によく合います。
- Q 試合前に食べる勝負飯やゲンを担いで食べる物などはありますか?  
特にゲン担ぎという食べ物はありますが、お肉を食べる率が高いです。
- Q 黄金世代と呼ばれているが刺激になりますか? ツアーでのライバル・親友はいますか?  
同世代の活躍はやっぱり刺激になります。同世代みんなと仲がいいですし、一緒に女子ツアーを盛り上げていきたいと思っています。
- Q 得意なショットは? 一番好きなクラブは?  
アイアン全般が好きです。パターが得意ではなく、乗せてないと勝負にならないことが多かったのが自然に上手くなりました。
- Q モチベーションを維持する秘訣は?  
やりたい事を我慢しない。やりたい事を我慢するとストレスになるのでやりたいと思った事をするようにしています。
- Q スコアアップするには特に何を練習すればいいですか?  
グリーン周りの練習を行うとスコアアップに繋がります!
- Q 地元ファンや新潟の農家の皆さんにメッセージをお願いします。  
新潟の人にもっと知ってもらえるよう、まずは初優勝目指して頑張りますので、応援の程宜しくお願い致します。

プロゴルファー  
高橋 彩華  
Sayaka Takahashi

※このインタビューは5月に行われたものです。

7月末まで コロナに負けずにいっぱい食べよう!

### 新潟産コシヒカリ 生活応援キャンペーン

精米10kgが500円OFF!  
4,050円(税込) → 3,550円(税込)

精米 5kgが200円OFF!  
2,040円(税込) → 1,840円(税込)

お米の配達をご希望の方へ

## JAからつき立てのお米をお届けします

### JA新潟市お米の注文係

# 025-270-2295

電話受付: [平日] 月~金 8:30~17:00  
※配達料 5kg/50円 10kg/100円 上限300円

お支払いは現金に限ります。配達日が混み合う場合がございますので注文はお早め!

## おトクなクーポンを貰って直売所へ行こう!

JA新潟市の直売所\*で使えるクーポン券を  
お一人様 最大2,000円分  
プレゼント!

JA新潟市直売所

- ①キラキラマーケット
- JA新潟市直売所
- ②ほほえみ産直広場石山
- ③ほほえみ産直広場中島
- ④あいちゃんのふれあい市

JA新潟市農業応援定期貯金

# キラキラ

取扱期間: 令和3年5月6日(木)~7月30日(金)

詳しくは、お近くの支店窓口にお問い合わせください。

対象商品	スーパー定期貯金(一年もの)
預入金額	50万円以上200万円以内(新規お預入れに限り)
ご利用いただける方	個人の方で、以下のいずれかに該当される方。 ・J Aカードを契約されている方(申込者含む) ・個人J Aネットバンクを契約されている方(申込者含む) ・給与振込口座を指定されている方 ・年金受給口座を指定または予約されている方 ・組合員または組合員家族