

# 信州のりんご

長野県の果物と言えばやっぱり「りんご」。長野県全体がリンゴの大産地です。今年はこのほど順調に生育していて、8月よりいろいろな品種が出ています。10-11月には長野県で開発されたオリジナル品種「秋映」「シナノスイート」「シナノゴールド」の「りんご」が登場します。A・コープ自慢の生産者直売コーナーには、市場にはあまり出回らない珍しい品種も多数出荷され、選が楽し

さもあります。11月には一番人気の「サンふじ」が登場してきます。「サンふじ」は、ちょうどお歳暮の時期に登場しますので、贈答品に最適です。最近では「サンふじ」と「シナノゴールド」の詰め合わせが人気です。A・コープ各店では地元の自慢の「サンふじ」や人気産地の販売をしておりますので、お歳暮シーズンは、市場にはあまり出回らない珍しい品種も多数出荷され、選が楽し

## りんごの紹介

<p>〈秋映〉</p> <p>前面が黒紅色に着色する長野県オリジナル品種。酸味・甘味のバランスのとれたりんごです。</p> <p>◎9月下旬〜10月上旬</p>	<p>〈シナノスイート〉</p> <p>赤から濃赤色に着色する長野県オリジナル品種。名前の通り、甘味の強さが特徴です。</p> <p>◎10月上旬〜10月下旬</p>	<p>〈シナノゴールド〉</p> <p>緑黄色の長野県オリジナル品種。酸味も甘みもある「シヤキヤキ」とした食感が特徴です。</p> <p>◎10月中旬〜12月中旬</p>	<p>〈サンふじりんご〉</p> <p>無袋で栽培したふじがサンふじです。太陽の光をたっぷり浴びて育つため、ジューシーで甘味が強く蜜が入りやすいのが特徴です。</p> <p>◎10月下旬〜11月上旬</p>
--	---	---	---

長野県A・コープ JA 全農長野 マイパル長野 共同企画

# 長野県の新米を全国に贈ろうキャンペーン

ご予約承り期間 令和6年10月1日(火) - 12月15日(日) ※お届け日の指定はできません。

A・コープ友の会会員様限定

応募期間 令和6年10月10日(木)~10月13日(日)

# 感謝祭プレゼント

28周年

A賞 信州産牛・豚焼肉セット B賞 信州産りんご詰合せ C賞 信州産きのことセット ※詳しくは店内ポスターをご覧ください。

プレミアムヌーヴォー

ご予約承り中! 数量限定

# 2024 Beaujolais Nouveau

ボージョレヌーヴォー

2024.11.21(木)解禁

11月17日(日)までご予約 150円付与いたします

★ A・コープ ★

# Christmas Cake Collection 2024

ご予約特典 10%OFF

12/13 12/20 12/25

LINEでカンタン!

A・コープの

# おせち

新春を華やかに彩り

ご予約承り中

12月12日(木)

A・コープ 自然 ふれあい A・コープ

# A-Jan! Community

vol.16 2024.10.05 A-Jan!

良いじゃん!(A-Jan!) と思っただけの長野県A・コープの魅力をお届けします。長野県A・コープは、地域のみなままとのコミュニケーションを大切に、「新鮮・安全・安心・健康」をお届けしています。

株式会社 長野県A・コープ

全29店舗の「友だち募集中!」HP店舗詳細ページから今すぐ友だち追加!

LINE公式アカウント

# 長野県A・コープオリジナル商品

## 信州産素材と信州の味にこだわります。

長野県A・コープは食から地域に貢献できるよう信州産原料にこだわった商品の開発に取り組んでいます。

長野県A・コープ オリジナル

このマークが目印です!

長野県A・コープ

この他にも多数取り揃えています



# オール信州の商品紹介します!!

## Made in Shinshu

### 信州七割そば

うまいそば作り一筋。  
信州が育む、  
本物の味わい

信州産そば粉と信州産小麦粉を7対3の割合にする事で、そばの味・風味をそのままに、細麺で喉越しが良くとても食べやすい美味しいそばに仕上げました。そば造りのプロが生産地に向き畑の土に馴染んで確かめた信頼のおける原料のみを使用しており、安心してお召し上がりいただけます。

おすすめの方は、まず沸騰したたっぷりのお湯(3以上)の中をそばを入れて軽くほぐし、ぐつぐつと煮立てない程度の火加減で5分間茹でます。茹であげたらザルにあげ、流水で冷ましてから丁寧に洗い流してぬめりをとります。ざるそばの場合は氷水で数秒冷やすと◎。かけそばの場合は揉み洗した後にお湯に通してからつゆに入れてください。

七割そばなので、茹でた後に出る蕎麦湯は絶品です!是非ともご賞味ください。



長野県産 七割そば 100%そば粉

10月中旬 発売予定

長野県Aコープ 信州七割そば

200g 本体価格 399円  
1袋 (参考税込価格 430円)

### 原木育ち信州椎茸

自然の恵みをそのままに。  
味も香りも絶品!

下伊那地域の6つの町(阿高町、天龍村、赤木村、根羽村、平谷村、桑戸村)の生産者から仕入れた、100%原木栽培の椎茸を使用しています。茶褐色のつややかな見た目が特徴で、色も美しく、風味や香りが豊かで、肉厚な干し椎茸です。

原木栽培では、植菌した木を森林に植かせ、自然の力を借りながら、2~3年かけてじっくり育てます。この方法で栽培された椎茸は、自然の風味と香りをしっかりと楽しめます。さらに、干し椎茸にする事で、濃厚な風味と深い出汁が引き出されます。肥料や農薬は一切使わず、無添加で安心して食べられる美味しさも魅力です!

おすすめの方は、124時間冷水で戻す!ことです。ビニール袋やポウルに水と椎茸を入れて冷蔵庫に入れておくだけで、旨味が一層引き立ちます。急ぐ場合は、電子レンジやお湯でも戻せますが、冷水でじっくり戻す方法が特におすすです。戻し汁も、

オール信州とは「信州の農産物」を「信州で加工」して「信州の皆さまに消費」いただくことを目的に開発している長野県Aコープのオリジナル商品です。信州産の農産物を地元信州で加工・消費する循環型経済により「豊かな農地が広がり、環境の良い、住みやすく笑顔あふれる地域社会」が形成できると考えています。小さなことですが、長野県Aコープは食から地域に貢献できるような信州産原料にこだわった商品の開発に取り組んでいます。

### 信州のキムチ

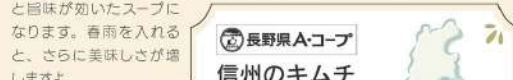
信州の白菜をキムチで楽しもう!



信州産の白菜を使ったキムチは、甘みが引き立ち、さっぱりとした辛さとフルーツのような自然な甘みが絶妙に調和しています。アミの塩辛とイワシの魚醤も加わって、魚介の旨味が楽しめます。また、白菜に含まれる乳酸菌が発酵を助け、全体のコクと旨味をさらに引き出しています。

ヤンニョム(キムチの調味料)には信州産のりんごも使っており、フルーティな風味を味わえます。キムチの酸味がお好みの方は、冷蔵庫で数日寝かせるとさらに発酵が進んで、より深い味わいを楽しめます。

キムチは、チャーハンやオムレツ、ポテトサラダ、納豆と混ぜるなど、さまざまな料理に使えますが、これが季節には鍋やスープがおすすです。鍋はお好きな具材とキムチを入れて煮込むだけで、コクのある鍋スープが簡単に作れます。スープは、水や出汁でキムチを煮て、好みの具材を加えると、辛味と旨味が効いたスープになります。春雨を入れると、さらに美味しさが増しますよ。



長野県Aコープ 信州のキムチ

180g 本体価格 199円  
1パック (参考税込価格 214円)

菌室や菌布に負けない深みとコクがあるため、煮物、炊き込みご飯、汁物などに最適です。さらに、椎茸の軸も捨てずに使ってください。軸は柔らかく甘みがあり、先端を切り、細かく刻んで肉料理や炒め物に加えると、料理に旨味がプラスされます。信州の原木栽培椎茸を、ぜひまるごと味わってみてください。



長野県Aコープ 原木育ち信州椎茸

70g 本体価格 799円  
1袋 (参考税込価格 862円)

### 信州産ネクタリンジャム

信州の太陽と風味をぎゅっと詰め込んだ、  
甘酸っぱいひとさじ。



大変ご好評をいただいている信州産ジャムシリーズに新たな仲間「ネクタリンジャム」が加わりました!旬の時期に収穫された新鮮な信州産ネクタリンを100%使用し、その美味しさをぎゅっと詰め込んだジャムです。

ネクタリン特有の酸味と甘味が絶妙なバランスで調和し、黄金色に近い鮮やかな黄色が美しい見た目も楽しめる逸品。パンやトースト、ヨーグルトやシリアルはもちろん、チーズと合わせると甘酸っぱさが引き立ち、ワインと一緒に楽しむのに最適です。その甘酸っぱさを活かして、グリルチキンやポークなどの肉料理のソースとしても使えます。ネクタリンジャムは、甘味と酸味のバランスがよく、料理のアクセントとして幅広く使えるので、様々な食事やおやつに取り入れてみてください!

#### ●● ネクタリンの生産量 ●●

実は、ネクタリンの生産量は長野県が全国で1位です!しかも長野県は全国のなんと66.4%を占めています。全国生産量の2/3が長野産/大産地です(2018年度実績) 2位は福島県(14.7%)、3位は山梨県(14.4%)と続きます。今回のジャムに使用しているのは品質と出荷量の両方で誇れる産地の北信地区です。この地域では、長い歴史の中で育まれてきたネクタリンの栽培技術がしっかりと受け継がれ、さらに千曲川がもたらす豊かな土壌の恵みもあり、おいしいネクタリンが毎年実っています。今年も美味しく育ちましたのでぜひお試しください!

### 信州のこうや豆腐

大豆の贅沢な味わいを堪能



信州産の大豆「ナカセンナリ」を100%使用した「信州の豆腐」に引き続き、「信州のこうや豆腐」を作りました!中央アルプスの伏流水で作られたこうや豆腐は、ぎゅゅと目が詰まっていて、しっかりとした食感が特徴です。見た目以上にボリューム感があり、体に大切な植物性タンパク質やカルシウム、鉄分がたっぷり含まれていて、さまざまな料理にぴったりです。「ナカセンナリ」は信州で育てられる希少な品種で、中粒で皮が薄いので、煮やすくて柔らかいのが特長です。塩タンパクで甘みが強く、やさしい味わいの豆腐が作られます。この豆腐は圧力をかけて濃厚でしっかりとした食感に仕上げ、その後凍結・乾燥させたものが信州のこうや豆腐です。

美味しく戻すには、50℃程度のお湯に10分ほど浸し、芯まで十分に戻したら流水を流しながら豆腐を手で押して洗い、煮た水が出なくなるまで繰り返しください。その後、水分を取ったまま食べやすい大きさに切り、調理前に軽く絞って使うと、大豆本来の香りと旨味が引き出され、さらに美味しいこうや豆腐が楽しめます!



長野県Aコープ 信州のこうや豆腐

120g 本体価格 299円  
1袋 (参考税込価格 322円)



#### 今年のジャム売れ筋ランキング

- 1 川中島白桃ジャム
  - 2 ブルーベリージャム
  - 3 あんずジャム
- 4.ふりりんごジャム 5.いちごジャム 6.リンゴバタージャム



長野県Aコープ 信州産ネクタリンジャム

240g 本体価格 499円  
1コ (参考税込価格 538円)

### 信州産野沢菜漬

奥信濃で代々受け継がれてきた  
こだわりの野沢菜漬け

「信州産野沢菜漬」は、6月下旬から11月中旬までの間に奥信濃や飯山で育った野沢菜を使用しています。この地域の豪雪が生み出す自然の地温と清らかな水が、風味豊かな野沢菜を育てています。

そんな特別な野沢菜を、生産者の方々のお声をもとに昔ながらの伝統的な方法で塩分控えめの野沢菜漬けにしました。そのまま食べても美味しいですが、刻んでごま油で炒めた「野沢菜の油炒め」を作っておくと、おにぎりやチャーハンに混ぜたり、炒め物やスープに入れたりすると、さらに美味しくアレンジできます!



長野県Aコープ 信州産野沢菜漬

200g 本体価格 199円  
1袋 (参考税込価格 214円)

※写真はイメージです。※店舗により取り扱いのない場合がございます。