

# キラキラマーケット カレンダー



マーケットには、太陽をたっぷりと浴びた色とりどりの新鮮な夏野菜が毎日たくさん入荷しています。色どりがよく食欲増進！水分補給にもピッタリ！な夏野菜を摂って免疫力を高め、暑い夏を乗り切りましょう！

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
31	米 1	肉 2	3	卵 4	トク 5	6
			お盆フェア			
7	米 8	肉 9	10	卵 11	トク 12	午後3時 閉店 13
					おかわりカレーフェア	
14	米 15	肉 16	17	米 卵 18	食育トク 19	20
おかわりカレーフェア						100円市
21	米 22	肉 23	24	卵 25	トク 26	27
100円市						
米 28	米 29	肉 30	31	1	8月は休まず営業いたします	

**米** お米の日

ポイント2倍!さらに5kg以上のご購入で農産物のプレゼント!

**肉** お肉の日

対象商品のお肉が10%オフ。  
※一部除外品がございます。

**食育** 食育の日

キラキラスタッフによる食のプロジェクト。

**卵** たまごの日

対象のたまごが数量限定でお買い得!

**トク** トクトクの日

お得な商品がいっぱい!

## お盆フェア (10日~16日)

盆のお花や果物・菓子などの販売

8/11~13 8時開店 (早朝花販売)

## おかわりカレーフェア (20日・21日)

カレーご購入でガチャ券進呈  
カレーにピッタリの野菜が当たる!

■キツエミサのスペシャルカレー販売

## 100円市 (27日・28日)

新潟市の送料応援キャンペーンは7月末終了いたしました。9月の新米のギフトの際に再開する予定です。

### 食育 8月の「食育の日」

#### テーマ ぼくのなす休み2

日本一の栽培面積を誇る新潟のナスの品種を徹底解剖!

### 種類豊富!新潟県は、ナスの産地!

#### ヤキナス

新潟市 食と花の銘産品

その名の通り、焼きナス用に作られたものでその大きさは長ナスの3~4倍。焼くことで、身は柔らかくジューシーで甘みが出ます。

#### 十全ナス

新潟市 食と花の銘産品

煮物にしても楽しめますが、浅漬けで食べるのが新潟の夏定番。しまった肉質でありながら柔らかさも、サクとした漬物ならではの食感が楽しめます。

#### 長ナス

ふわふわとした水ナスよりもしっかりとありますが、果肉が柔らかく加熱をすることでとろりとした食感になるのが特徴です。揚げ出しや焼きナスなど万能なナスです。

## キラキラレシピ

### ナスのみそピザ (4人分)

丸ナス1個/みそ小さじ1/ケチャップ大さじ1/はちみつ小さじ1/ニンニク(すりおろし)1/2片/チーズ適量/オリーブオイル適量/パセリ少々

- ①みそ、ケチャップ、はちみつ、ニンニクを混ぜてソースを作っておく。
- ②丸ナスを1cmの輪切りにして、水にひたしてアクを抜く。
- ③ナスの水気をキッチンペーパーで拭き、フライパンにオリーブオイルを熱し、ナスを両面焼く。
- ④焦げ目がついたら火を止め、上に①のソースを塗り、チーズを乗せ、フライパンにふたをして、チーズを余熱で溶かす。
- ⑤チーズが溶けたら、パセリをちらして出来上がり。

JA新潟市 直売所 / いくとびあ食花  
**キラキラマーケット**  
〒950-0933  
新潟県新潟市中央区清五郎336  
[営業時間] 10:00~18:00

TEL: 025-384-8487  
FAX: 025-384-8470  
MAIL: kirakira.ja.niigatashi3@gmail.com  
QRコードを読み取ってWebにアクセス!  
<https://kirakiramarket.com>  
f t i Kirakiraマーケット

### 各種SNSのご紹介

旬な情報や  
お得な情報を  
随時更新中!



LINE



Twitter



Facebook



Instagram