

# キラキラマーケット カレンダー



暦の上では春ですが、まだまだ厳しい寒さが続いています。  
例年になく暖かい日が続いていますが、今も風邪などに負けない身体と健康づくりの  
お手伝いをさせていただけるよう頑張ります！

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
営業時間変更のお知らせ	1~2月(冬季営業期間)は 閉店時間が <b>午後5時</b> となります。			卵 1	トク 2	3
4	米 5	肉 6	7	米 卵 8	トク 9	10
11	キラキラ マンデー 米 12	休業日 13	14	卵 15	トク 16	女池菜 フェア 17
女池菜 フェア 米 18	テーマ キラキラ的ご飯の友 食育 米 19	肉 20	21	卵 22	トク 23	100円市 24
100円市 25	米 26	臨時休業 27	米 28	卵 29	1	2

**食育 食育の日(19日)**  
キラキラスタッフによる  
食のプロジェク。

**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。

**卵 たまごの日**  
対象のたまごが数  
量限定でお買い得!

**トク トクの日**  
お得な商品がいっぱい!

## 食育 2月の「食育の日」 キラキラ的ご飯の友

**ご飯の友選手権(6日~12日)**  
みんな大好き白ご飯!そのご飯の友にふさわしい商品を  
厳選してご紹介!商品の中から「食べてみたい!と思うもの  
にぜひご投票ください!日替わりの試食もお楽しみに!」

**女池菜フェア(17日・18日)**  
・今が旬!新潟の伝統野菜「女池菜」の特売!  
・女池菜混ぜ込みご飯の試食  
・女池菜の他にも“とう菜”多数入荷予定!  
・女池菜レシピ紹介

**月末恒例!100円市(23日~25日)**  
イベント内容が事情により変更となる場合がございます。  
詳しくはHPや各SNSにてお知らせいたします。  
(2024.1.25)

## 女池菜 の紹介

中央区女池地区を中心として明治の中期から栽培がはじまり、100年以上の歴史の中で丹精に育まれてきた女池菜。限られた農家で守り伝えている地域のブランド、雪国新潟の象徴ともいえる代表的な青菜です。厳しい新潟の雪の下で凍結から身を守るために内部のでんぷんが糖にかわり、豊かな甘みとほろ苦さが調和。独特の味わいを醸し出してくれます。

## とう菜生産者さんおすすめレシピ

- ・女池菜(鳥屋野地区・早川辰則さん)  
おひたし(飲食店ではスパゲッティやパンに使われることもあります。)
- ・新井郷とう菜(豊栄地区・橋本充さん)  
塩昆布和え(千切りのにんじんとしょうがとう菜を塩昆布で和えと、他の味付けをしなくても十分美味しいです!)
- ・そのき菜(曾野木地区・阿部軍二さん・斉藤源一さん)  
おひたし&からし和え&卵とじ

## キラキラレシピ

### 女池菜しゅうまい 材料(8個分)

女池菜[Mサイズ](1束)・豚挽肉(200g)・やわ肌ねぎ(1/2本)・片栗粉(大さじ1)

### 調味料A

生姜汁またはチューブ生姜(小さじ1)・塩(小さじ1/4)・醤油(小さじ1/2)・ごま油(小さじ1)・コショウ(少々)

簡単に  
作れます!

作り方はこちらから!



## キラキラ男性スタッフが選ぶ!バレンタインデーにプレゼントしてほしいキラキラ商品♡

- ♥ 青果物 越後姫・女池菜
- ♥ スイーツ系 ジェラート・キットエミサの「あにまるショコラノワール」(スティックチョコ)
- ♥ その他 日本酒・食べるラー油と柿の種

## 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

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

[冬季営業時間] 午前10時~午後5時

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