

ラスパイユの散歩道

～ Letter from bonraspail ～

2023.9月号

自然食品店
ボンラスパイユ



bonraspail.com



新商品

※店舗により非取扱商品がございます。
※価格は税込です。

有機米粉のスコーン (オーツ麦・オレンジ&チョコ・レーズン)
2個・346円



有機米粉使用

有機米粉を使用したスコーン。3種類の味があり、サクサク食感の有機オーツ麦、自然な甘さのオレンジ&チョコ、レーズンがございます。オーブンで温めていただければより一層風味が増します。

自社農場米仕込み あまざけ985g
985g・1,180円



農薬・化学肥料不使用米

熊本の自社農場で、栽培期間中、農薬や化学肥料を、使わず、手間暇かけて育てたいまの自然な甘味。味の美しい米を使用。米の美味い甘酒です。

オルターライスペーパー

200g・538円



有機栽培米使用

有機栽培米で作った本場ベトナム産の、もっちりとした弾力と優しい味わいが楽しめるライスペーパーです。湿らせて柔らかくして生春巻き、揚げ物の皮に。クレープ風のデザートにも幅広くご利用いただけます。

Bonras Kitchen

☆甘みやさしい☆ 香ばしきなこねじり

「きなこねじり」は、縁起のよいお菓子として江戸時代から親しまれてきました。材料はきな粉と水飴だけで、作り方もとっても簡単です！「玄米水飴」は玄米を麦芽で糖化させるという伝統的な製法で作られた水飴です。穀物から作られた水飴は多糖類のため、体内でゆっくりと吸収され、上白糖に比べて緩やかに満足感のある甘みが特徴。カラメルのような風味は醤油との相性もよいため、煮物などのお料理、ヨーグルトに混ぜたりと幅広くお召上がりいただけます。

<作り方>1.厚手のビニール袋の口をを広げ、キッチンスケールにのせ、Aの材料をきな粉から先に量り入れる。袋の口を閉じ、上から、揉みこむように生地を練り混ぜる。2.まな板に大きめのラップを敷き、1の生地を移し出し、上からもラップを掛け、麺棒で厚さ6mmほどの四角形に平らに伸ばす。3.冷蔵庫で1時間ほど、生地を冷やし固める。4.ポウルにBの材料を混ぜておく。5.まな板の上に3をのせ、ラップの上面を一旦剥がし、Bの材料の少量を生地の表面に振りかけ、再度ラップで覆う。裏返して同様に少量振りかけ、幅1cm、長さ3~4cmほどの大きさに切り分ける。6.切り分けた生地の中央をひとねじりして形を整え、Bの残りをまぶす。※6の工程で仕上げのBをまぶす際、しょうが粉末等、お好みの粉末を少量混ぜ込むと、ひと味違ったフレーバーをお楽しみいただけます。



<材料>【A】きなこ 40g、玄米水飴 50g 【B】きなこ 適量、塩 ひとつまみ



試食レポート

ポテトチップス 野菜コンソメ味

今回は創健社『ポテトチップス 野菜コンソメ味』を試食しました。食感はパリッと口当たりが良く、味付けは、薄過ぎず、濃過ぎずで、いい塩梅です。そしてこちらの商品、しっかりと味付けがされていますが、エキ스는野菜のみ使用です。(動物性原料は不使用) レジャーに！スポーツ観戦に！映画に！デートに！とにかく美味しさ100点満点、マスト商品です！ちなみにパッケージのじゃがいもの子は、ポテト君という名前なのではないでしょうか？謎は深まるばかりです。

解説コーナー

黒にんにくとは

白いにんにくを温度や湿度が管理された一定の環境に3~4週間置くことで熟成し、徐々に黒く変化し、さらに熟成することで糖度が上がり、甘みが増します。口に入れると甘酸っぱい香りが広がり、ドライフルーツを彷彿させる食感になります。黒にんにくは餃子を食べた後のような臭いは、ほとんどありません。白いにんにくの発酵により黒く変化するのはメイラード反応によるものといわれています。メイラード反応とは加熱した時に糖質・アミノ酸・たんぱく質が反応して褐色の物質が生成される事で起こる現象です。その際に抗酸化作用があるとされるポリフェノール・アミノ酸などの成分が増加します。そのため免疫力アップ・疲労回復・お肌トラブルなどに効果が期待できます。1日に1~2片を生で食べることがおすすめです。

人気ランキング!

缶詰

1

さば水煮

190g・443円



西日本で水揚げされた鯖を、南イタリアの海水を伝統的な天日塩田で長時間かけて天日乾燥・結晶化させた「地中海の天日塩」でまろやかに水煮にしました。骨までやわらかく調理されていますので、骨も丸ごとお召上がり頂けます。カルシウムたっぷり！そのままおかずやおつまみとしてお召上がり頂けます。お料理の素材にもおいしく使用頂けます。

2

いわし水煮

100g・356円



西日本で水揚げされた真いわしを、地中海の天日塩のみでまろやかに水煮にしました。くさみがなく、骨まで食べられます。そのままおかずやおつまみ、またパスタやトマト煮などの煮物としてもご愛用いただけます。

3

さばカレー煮

190g・454円



西日本で水揚げされた鯖をオリジナル配合のカレー風味調味料、各種スパイス、オニオン・トマトパウダーでスパイシーかつまろやかに仕上げました。15種類のスパイスを使用し、骨までやわらかく調理された逸品です。

お知らせ

■新規入会してボンラスファミリーになりませんか？

ボンラスパイユでは、新規入会のお客様を募集中♪ポイントを貯めて、商品の値引に使用できます。また、情報を登録してもらえればお得なお知らせも配信中！この機会にいかがでしょうか♪

<入会方法>店頭でスタッフにお声がけいただければ、入会方法説明させていただきます。アプリ「Cardfeel」を事前にダウンロードしていただければスムーズに会員登録いただけます。



アプリダウンロードは、こちらから！



ポイントサービス

土曜 5日15日25日
2倍 5倍

※吉祥寺店は日曜も2倍
※ネットショップ対象外

メルマガ登録

①QR読みまたは下記メールアドレスに空メール送信
②受信メール内リンクをクリック③情報登録して完了

bonras-join@mhaj.jp

