

食卓を彩る おとも

作り手のこだわりを感じる佃煮や乾物、採れたての卵などごはんが進むおともを紹介します。

無農薬野菜と自然食品にこだわった品揃え



**オーサワの
ベジ中華丼の具** [388円]
国内産大豆ミートがお肉のような食感を感じられる。国内産特別栽培玉ねぎや人参・エリンギ・たけのこなど7種の具材入り。



**オーサワの玄米によく合う
ごぼうご飯の素** [410円]
国内産野菜と天然醸造醤油を使い、砂糖・動物性原料は不使用。炊きあがったごはんに混ぜるだけ。玄米にもよく合う。



**オーサワの
有機しそ漬け梅干** [648円]
奈良県産の有機栽培梅と紫蘇を使用。昔ながらの天日干しで作り、大粒で肉厚、まろやかな酸味で紫蘇の香りが広がる。

身体に優しいこだわりの自然食品



鉄火みそ(麦)
[864円]
海の精麦みそと国産特別栽培野菜(ごぼう・レンコン・人参・ショウガ)を使用したフレークタイプの食べる味噌。



小豆島産のり佃煮
[448円]
口の中でとろけるような旨みを感じるのり佃煮。有機しょうゆ・水飴・含蜜糖を使用。のりの繊維までしっかりと感じる。



ねこぶまんま
[734円]
昆布・かつお・白ごまのみを使ったシンプルかつ万能なふりかけ。お湯を注げばお茶漬けにも。

自然食品 デーゼー

箕面市船場西2-18-6
杉谷パークマンション1F
営/10時~17時
木曜定休(毎月25日~28日は営業)
☎072-736-8500



特典
「シティライフを見た」で
有機認証農業化学肥料不使用の
青汁5パック(各3.2g) **プレゼント**
(10月末まで)

Vegan & Veggie Nikai Mart

(ヴィーガンアンドベジ ニカイマート)
箕面市箕面6-10-25
営/10時~19時(日曜は10時~17時)
木・第3水曜・祝日定休
金土日が祝日の場合は10時~17時オープン
☎080-4370-3654



特典
「シティライフを見た」で
540円(税込)以上購入で
5%OFF
(10月末まで)

自然豊かな能勢の“旬”がそろう道の駅

糀をこよなく愛する 店主が作る逸品



だし糀
[540円]
お湯に混ぜるだけで即席みそ汁に。加熱した野菜と和えるだけで、ごま和え感覚でも美味しくいただける。



塩麴
[540円]
ご飯を炊く時に小さじ1杯を入れると旨味アップ。野菜と10%の分量の塩麴で揉むとさっぱりした浅漬けに。



大豆糀 [350円]
糀の力で引き出された大豆の旨みをしっかりと感じる。歯ごたえもよく、何杯でもごはんが進む。



きぬひかり
[350円(玄米1kgあたり)]
絹のような輝きとしっかりとした粒感、あっさりとした甘さが特徴。玄米と精米の2種類を販売し、精米歩合も調整できる。



能勢おうはんの卵
[450円(12個入り)]
能勢町の養鶏場で採れた「能勢おうはん」という卵。濃厚な黄身で、崩れにくさが特徴。



釜炊きしいたけ
[432円]
昔ながらの手法で作る能勢茸屋のしいたけ。コリコリとした食感と甘めのだしは噛むほどに味が増す。



なすのしば漬け
[378円]
能勢町に移住した夫婦がつくる、自家製のしば漬け。旬のなすは歯ごたえがあり、酸味と合わさった爽やかな一品。



ごはんの友
[170円]
名前のとおり、ごはんのおともの定番。能勢町でよく獲れる新鮮でシャキシャキなきゅうりを使った漬物。

てっぺん糀工房

豊能郡能勢町山田1249
営/9時~12時
土・日定休
☎090-7768-3195



特典
「シティライフを見た」で
砂糖不使用の
甘糀1パック(200g) **プレゼント**
(10月末まで)

くりの郷 (クリノサト)

豊能郡能勢町平野535
営/9時~17時
火曜定休(7~10月は無休)
☎072-731-2626



日本各地から厳選 箸が止まらなくなる逸品



**おばねや
ぶっかけごぼう昆布**
[368円(150g)]
ごぼう、しょうが、昆布、ごまが入ったおかず漬物。少し甘口のしょうゆ漬けに仕上げ、ごまと唐辛子の風味がアクセント。



**おばねや
青とうがらしみそごぼう**
[428円(130g)]
国産の青唐辛子と、栃木県宇都宮市の老舗「青源味噌」の蔵造りみそで漬け込んだもの。まるやかな甘さのなかに、ピリッとした辛さ。



**高知家
万能おかずしょうが**
[428円(130g)]
醤油をベースに、ほんのりした甘さと米黒酢の効いた味わい。ふりかけのような感覚で、ごはん混ぜて食べたい。

プロフーズ 大阪箕面店

箕面市小野原西3-20-20
営/10時~19時
無休
☎0120-41-2622
☎072-728-0700
https://www.profoods.co.jp/



※プロフーズでは10月31日まで「秋の収穫祭」開催中。表記価格はセール時の価格となります。