

い印かわら版

2023.10月号
(vol.123)

八百屋のカット野菜 株式会社アイ・エフ・シー

最新鋭の設備と衛生管理のできるプロセスセンターは
市場直営のカット工場としての強みを生かして
様々なニーズにお応えしております

- 市場の卸部門ゆえの鮮度管理ノウハウ
- HACCP対応による工程管理
- 電解水殺菌で薬剤を使わない衛生管理

カット野菜導入のメリット

- 下処理にかかる時間・人件費の削減
- 保管スペースの削減
- 過剰在庫の防止と廃棄分の削減

小ロットから多量の加工まで対応します
食品の安全を守りながら、鮮度の良い、高品質な
カット野菜をお届けします
効率のよい経営のお役に立ちます
詳しくは営業担当までお気軽にご相談ください！



市況情報

本来であれば、今月上旬あたりから、地場野菜の出荷が多くなるころですが、先月下旬までの暑さの影響もあり、ちょっと遅れ気味です。
まずは、大根、トマト、白菜等の出荷に始まり、ほうれん草、小松菜等の葉物も少しずつ出揃ってくると思います。その他、土物、菌茸類も充実してくるでしょう。果実はりんご、早生みかんが中心となるでしょう。(荒川)



石岡中央青果 今月のオススメ食材

10月：今が旬の商材紹介

カブ／茨城県産

カブの根にはアミラーゼを含んでおり、これはデンプンの消化酵素として働き胃もたれや胸やけを解消する働きを持っている。葉の部分にはβ-カロテンを非常に多く含んでおり抗発ガン作用や免疫賦活作用で知られている。株は寒い時期の方が甘味もまして美味しいようです。これから寒くなり旬を迎える株をよろしく願います。(大枝)

大根／茨城県産

生でも煮ても漬けてもよし、根も葉も栄養たっぷりな大根。10月になり茨城産地物の大根が出始めます。大根の根の部分はでんぷんを分解する消化酵素のアミラーゼを多く含み胸焼け、胃もたれそして2日酔いにも効果があります。葉の部分にはビタミンCが多く含まれていて何とグレープフルーツの1.5倍。栄養価も高く色々な料理に利用できる大根をぜひご賞味下さい。(鬼澤)

柿／茨城県産

ビタミンCが豊富な最強の秋の味覚「柿」です。「柿が赤くなれば医者が青くなる」という言葉があるほど柿の栄養価は高いです。1日のビタミンCの必要量は100mg、柿1個で1日のビタミンCが満たされてしまいます。美肌、むくみ、二日酔いに良いとされてます。今年も美味しい茨城産柿を食べて美容、健康にやくだてて下さい。また、皆さん二日酔いになるまでお酒を飲んだら柿を食べて下さいね。女性の方は美肌になりますよ～!(長谷川)



泥ねぎ／茨城県産

ねぎは日本で古くから親しまれてきた野菜です。免疫力を高めるビタミンCや殺菌作用のあるネギオールといった成分を含み、風邪の予防・改善に効果的です。また、香り成分である硫化アリルには、ビタミンB1の吸収を助け、疲労回復、血行促進といった効果や働きがあります。泥ねぎはむきねぎに比べ保存期間も長く、これから鍋などで重要も増えてきますので、きらさないためにも泥ねぎを購入してみてください。(大枝)

11月の新商材～旬の走り～

人参／茨城県産

当市場の人参は行方、小美玉、鉾田地区が中心となり、11月から3月にかけての出荷となります。播種は天候の影響で発芽に悪影響が出てしまった地域もありました。あまり人参に対して旬を意識することは無いかもしれませんが、秋冬人参は食味が優れています。(鬼澤)

白菜／茨城県産

11月より茨城産白菜の出荷が始まります。4玉DBが中心で2合束での出荷もあります。白菜は水分が多くて歯ざわりも良くクセがなくてヘルシー。煮込むと甘味が出てとろけるようなやわらかさになります。ほとんど水分で100g 13~14キロカロリーしかなくダイエットにもおすすめです。だんだんと寒くなってこの季節に鍋料理、煮物料理で是非ご賞味下さい。(萩原)

詳しくは市場担当者まで！
お気軽にご連絡ください！！

高田 080-3157-8656／長谷川 080-3157-8660／酒井 080-9688-3366
鬼澤 080-3157-8658／飯村 080-3157-8655／友部 090-9133-3367
大枝 080-3157-8664／荒川 080-3311-1985／萩原 090-5581-1647

今が旬！

産地紹介

秋ナスのシーズン到来！ あのみのにナス

〇銚出荷組合



彼岸もすぎ、未だ残暑が厳しいながらも、秋らしいさわやかな季節がやってきました。秋のナスと言えば「嫁に食わずな」というイメージでしょうか、これには諸説ありますが、とにかく美味しいということ、昔の人も言い伝えたかったのではありませんか！？

今回取材に伺った〇銚出荷組合はあのみのにという、い印グループではお馴染みの品種のナスを生産されています。ホルモン剤などの受粉に頼らずに、花が必ず実になるという優れた品種で、生産者の労働力の削減に大いに役立っているそうです。

また皮も固くなりにくく、種が入りづらい特徴もあって、食べる側にとっても美味しいということから、当市場で組合づくりを奨励し、指名買いがあるほど大変人気のあるナスです。

2月後半にハウスに苗を植えてから、霜に当たらないようハウスの中でさらに二重のビニールをかけて保温して育て、4月下旬頃から出荷ができるようになります。7月下旬には「切り戻し」という伸びた枝をさっぱりと落として、再度芽を伸ばす作業をして、8月の1か月間は丁寧に生育の期間、そしてまた9月の半ばくらいから収穫が再開され、霜が降りる頃まで収穫、出荷が続きます。

5～6月の最盛期と比べると、今の時期の収穫量はやや劣る秋のナスですが、寒暖差が戻ってくる時期でももあり、味は良くやわらかで、揚げる、焼く、煮るなど様々な調理法でお楽しみいただけます。

本当に、味わい深い、美味しいナスの時期がやってきました。名残惜しみつつ、ぜひお楽しみいただけたら幸いです。



ドローンで空中散布しませんか？

ドローンでの農薬散布のメリットをご紹介します！

- ①産業ヘリと比較して軽量・コンパクトなので運びやすく、小回りが利くので、10アールの圃場でも散布可能です
- ②10アールあたり3分程で散布が終了します
- ③いつでも速やかに対応でき、炎天下で動噴しなくてもよく負担軽減になります
- ④高齢化、人件費削減などにも役立ちます



概算金額

10アールあたり2500円～

(面積によっては2000円からも可能です)

お気軽にご相談ください！！

株式会社IIHARA

DJI認定ドローンパイロット 飯原洋佑

携帯：090-3272-5407

メール：i.yousuke@iihara.co.jp



9/8 6th

anniversary

thank you!

アリスは本日9月8日で6周年を迎えました。
無事に6周年を迎えることが出来たのは、みなさまのおかげです。ささいな会話からいつも元気をもらってます☆
本当に感謝しかありません☆いつもありがとうございます！
物価上昇とかいろんなものが高騰してなかなか大変な世の中ですがなんくるないさ(私の好きな言葉)の精神で楽しく過ごしていきたいなあ。
7年目もどうぞよろしくお祈りします！！



- イチジクのショートケーキ
- フルーツロール
- 白ウサギの時計
- マロン・ブリュレnew!
- カシス・オレンジジュnew!
- マダガスカル(バナラのババロア)
- 土日限定イチジクのタルト
- シャインマスカットのタルトnew!
- ルージュ
- モンブラン

季節や入荷状況にて種類は変化しますが心よりお待ちしております。



パティスリーアリス

茨城県小美玉市中延142-1

TEL: 0299-57-2822

定休日: 火曜・第2月曜ほか

営業時間: 午前10時～午後7時

駐車場: 店舗前に数台



公式Instagram
@patisserie_alice

陣屋門だより

旬菜ichiba陣屋門では、株式会社アイ・エフ・シーのレストラン部門として 今が旬の野菜・果物の良さを最大限に活かせるメニューを日々考えてお客様にご提供しております。

10月に入りようやく気温も下がり過ごしやすい季節になりましたね。今回は秋食材の《柿》を使ったカプレーゼをご紹介します。
柿の甘みとクリーミーなモッツアレラチーズ、そして生ハムの塩気がマッチします。
ワインのお供にオススメです♪

TEL: 0299-56-4088

定休日: 日曜日

営業時間 17:00 ~ CLOSE 24:00



発行元: 株式会社い印

茨城県石岡市石岡3202番地
TEL: 0299-23-6125(代表)

石岡中央青果株式会社 TEL: 0299-23-6121
株式会社アイエフシー TEL: 0299-24-1601
あづま総合青果株式会社
株式会社ドリームデリバリー