

おいしい
“わ”

いま食べたい!にこだわりたわわの恵み



さやを開けるとフワフワの
白いクッションの中に
大ぶりの豆が
並んでいます。



JAいぶすき
前原 祐樹さん

おいしいそらまめを育てるためには、真上に伸びる主軸を摘み取る「摘芯」と、さや(豆)にたくさん栄養が行き届くように脇芽を4本になるようにする「整枝」が大切です。前原さんはそらまめのほかにもオクラ、スナップエンドウ、ネギ、キャベツ、ブロッコリーなども栽培。一年を通して旬の味覚をご提供いただいています。

おすすめの食べ方



さやごと焼いて食べること! 表面が真っ黒になるぐらいグリルで焼くと、豆がほくほくとした仕上がりになり、そらまめの風味が存分に楽しめます!



JAさつま日置
鶴田 浩志さん

「子どもを笑顔にする
トマトをつくりたい!」
という想いで育てています。
ミニトマトの栽培は子育てと同じ。どれだけ愛情を持って接することができるか、小さなことに気づいてあげられるかだと思います。
3棟の広々としたビニールハウスで栽培されるミニトマトは、ご夫婦ふたりで水やりから脇芽取り、下葉落とし、収穫、袋詰めまで、すべて手作業で管理され、手間と愛情をかけてお店に届けられています。

おすすめの食べ方

完熟した状態で収穫したものを袋詰めしてすぐにお店にお届けしています。新鮮なうちにそのままだくのが一番!

甘さが強くて、
とってもジューシーな
鶴田さんのミニトマトは
「つるちゃん」の
シールが目印。
Instagram
「つるちゃんトマト
(@turuchantomato)」も
チェック!



JAさつま日置ミニトマト



甘みと
ほんのりとした苦さに、
さわやかさがあり、
春の味を
感じることが
できます。



JA鹿児島みらい
原田 和さん

原田さんは、長年の栽培指導の経験を活かした少量多品目栽培をしていて、栽培種数はなんと50〜60種類にもなります。
おいどん市場には、自分の名前が付いた商品が並ぶので、鮮度や見た目にも「だわり」、長さもさつちりそろえての出荷をしているとのこと。
丁寧に育てられた野菜たちは農家レストランでも使われています。

たくさんさんの知識と経験で
愛情たっぷり栽培

おすすめの食べ方

新鮮な菜の花は、
しゃぶしゃぶのように
さつと湯に通して食
べるのがオススメ。ぜ
ひお試しください。



JA鹿児島みらい菜の花

おすすめ!

BG無洗米

BG無洗米は、肌ヌカで肌ヌカを取る安心・安全の無洗米製法です。米のうま味成分や水溶性の栄養素を逃さずおいしく炊けます。しかも、とがずに炊けますので、節水できるだけでなく、河川や海に汚水を流さない「環境にやさしいお米」です。

おすすめ! 01

美味しい

洗米時にそこなわれがちな「うまみ層」が、残っているの美味しいご飯になります。

水溶性のビタミンB1やナイアシンが普通精米より約1.7倍摂取できます。

おすすめ! 02

経済的

購入したお米はすべてご飯になります。(普通精米は約5%のロス)

炊飯の水だけでいいので水道代の節約になります。(一般的に3合の洗米には約4.5ℓの水が必要です。)

米5kg1,800円の場合
5%で約90円お得

米5kgの洗米に必要な水の量約50ℓで
約15円お得

BG無洗米はトータルで約105円お得!

おすすめ! 03

優しい

無洗米工場からも汚水の原因となるとぎ汁が発生しません。

無洗米工場で取り除いた肌ヌカは「米の精」として有機質肥料や飼料としてリサイクルされます。

BG無洗米

胚乳

うまみ層

胚乳

洗米したお米

胚乳

こわれたうまみ層

肌ヌカ

無洗米工場

肌ヌカ

米の精 (有機質肥料 飼料)

循環型農業

田んぼ

お米

野菜・果物

たわわセレクション

オススメの「こだわり商品」をご紹介します。

「結び屋」の新商品

「糖質カット雑穀むすび」

(九州産雑穀使用) 1個 150円(税込)

「糖質カット」と

「おいしい」を結ぶ。

今年紹介するのは、今年1月から販売されている「糖質カット雑穀むすび」(九州産雑穀使用) 1個150円(税込)。ヘルシー感とおいしさが好評です。

たわわタウン谷山の「結び屋」は、鹿児島県産米を使用し、おいしいお米を一層おいしく味わえるよう、趣向を凝らしたおむすびを次々と開発しています。

近年の健康意識の高まりに合わせて開発された「糖質カット雑穀むすび」は「こだわりが凝縮された一品」。

鹿児島県産のBG無洗米「あきほなみ」に、9種の雑穀が入った「九州の恵み」を合わせて、糖質がカットできる炊飯器で炊き上げています。「九州の恵み」は九州産の押麦、黒米、もち麦、青玄米、大豆、もちさび、もち玄米、赤米、もちあわをバランスよくブレンドした雑穀米です。

味は普通のおむすびとほとんど変わりませんが、糖質カットなので健康が気になる方にオススメ。特に女性に人気で、お得な豚汁セットでおむすびを2個選ぶ時の1個に選ぶ人が多いそう。

今後いろいろな味わいのおむすびを開発していきますので、ぜひお立ち寄りの際は、結び屋でチェックしてみてください。

人と人を笑顔で結ぶ「結び屋」スタッフ

おむすびに使われている「九州の恵み」は、Aコープ谷山店で販売中!

たわわタウン谷山

ありがとう7周年

プレゼントキャンペーン

たわわ賞

鹿児島県産BG無洗米あきほなみ(5kg)+鹿児島黒牛・鹿児島黒豚選べるギフトカード(5,000円分)

(5名様)

Aコープ賞

農協共通商品券 3,000円分(5名様)

おいどん市場賞

旬のお野菜詰め合わせ (10名様)

※お野菜の種類は選べません。

結び屋賞

本格おこわ米セット (5名様)

さつま路賞

お茶ギフト(5名様)

JA SS JA-SS賞

ガソリン給油券 20ℓ分(5名様)

農家レストランたわわ賞

農家レストランたわわお食事券 3,000円分(5名様)

※華蓮グループ共通お食事券になります。

[キャンペーン応募期間]

令和4年 3月17日(木)~21日(月)

[応募方法]

右記の専用応募用紙に必要事項をご記入の上、たわわタウン谷山内に2カ所※1設置されている専用応募箱に投函してください。

※1 応募箱設置場所) たわわタウン谷山総合案内(おいどん市場谷山館内)・Aコープ谷山店内総合案内

広報紙「たわわのわ」は、たわわタウン谷山総合案内でも無料配布しております。(数に限りがあります。あらかじめご了承ください。)

[当選発表]

ご当選者の発表は厳正なる抽選の上、賞品の発送をもってかえさせていただきます。(抽選:3月下旬)

※発送元:鹿児島県経済連企画開発課

〈キリトリ〉

たわわタウン谷山

ありがとう7周年

プレゼントキャンペーン

応募用紙

ご氏名

ご住所 〒

電話番号 () -

必要事項をご記入の上、たわわタウン谷山内に設置されている専用応募箱にご投函ください。

〈応募箱設置場所〉
たわわタウン谷山総合案内(おいどん市場谷山館内)・Aコープ谷山店内総合案内
※こちらの応募用紙をキリトリ線で切り取ってご活用ください。