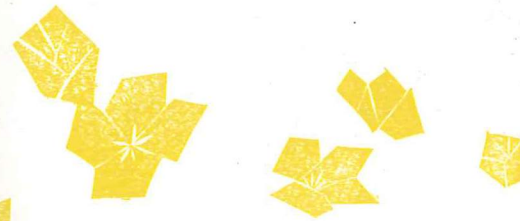
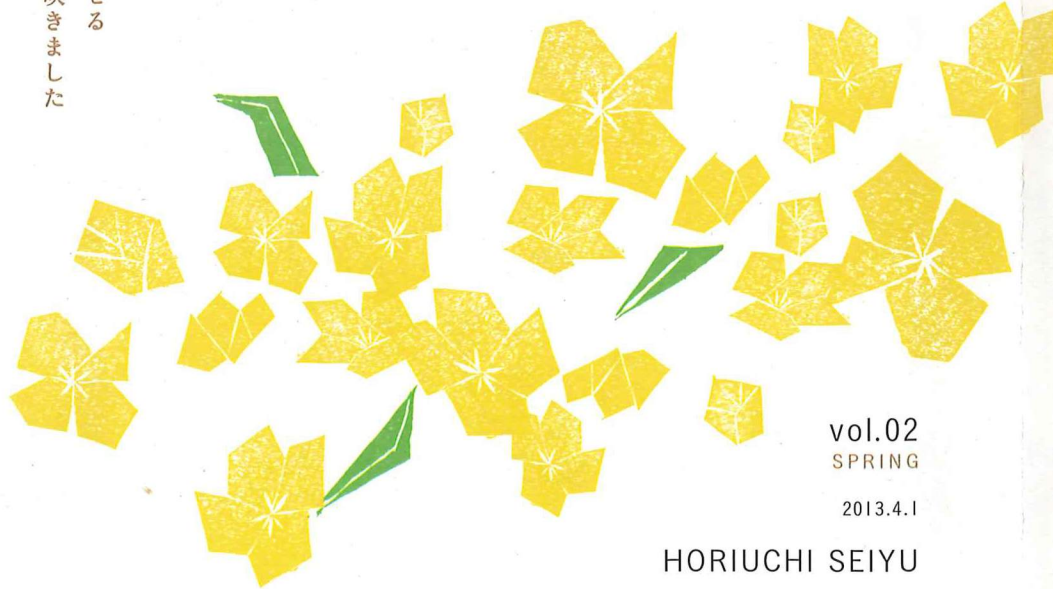


庭の  
サクラも  
咲いています。



# あぶらや たより

今年も  
春を知らせる  
菜の花が咲きました



vol.02  
SPRING  
2013.4.1

HORIUCHI SEIYU

## 古式いぼり 堀内油屋

有限会社 堀内製油

有機JAS認定工場

〒869-4803 熊本県八代郡氷川町 吉本94

お問い合わせ・ご注文は

**0120-43-0221** 携帯電話の方は、0964-43-0221

FAX **0964-43-4221**

堀内油屋

検索

<http://horiuchiseiyu.com>



季節限定  
**100本限定  
販売**

### 熊本県産 生姜地あぶら

115g 735円(税込)

当店自慢の自家製なたね「地あぶら」に、地元八代産のしょうがをたっぷりと漬け込んだ香味油ができました。毎日のお料理にさわやかなしょうがの香りを楽しんでみられませんか？

葉桜の緑に春の深まりを感じます。皆様にはお変わりなくお過ごしのことと存じます。日頃より堀内油屋をご愛顧くださいますこと誠にありがとうございます。

今年には気温が低く、例年になく大雪に見舞われたりと厳しい冬となりましたが、それでも草木はしっかりと芽吹き、大地にしっかりと根付いています。私達も自然に抗うことなく、寒い冬はしっかりと我慢をし、暖かな春の日差しを受け、新しい芽をふき、元気に活動を始めたものです。

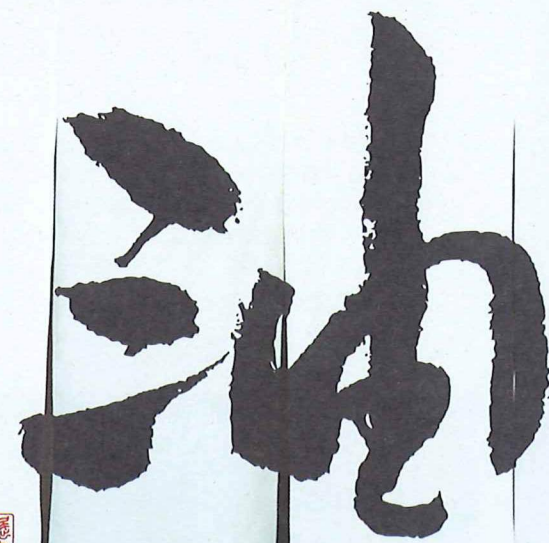
さて農場では、昨年新しく開墾した天草の菜の花畑は播種が遅れたこともあり、生育もやや遅いようですが順調に育ってくれています。秋に初めて栽培したじゃがいもも大地の恩恵を受け、大豊作となりました。

また、多くのお客様からのご要望をお受けしまして、以前非売品として作っておりました商品を左記にて紹介させていただいております。期間中お買い上げのお客様へプレゼントをご用意いたしておりますので、どうぞこの機会にお求めくださいますようお願いいたします。

平成二十五年 四月

堀内油屋

あいさつ



堀内製油



### 古式圧搾 白ごま油

今回の春レシピでは、かくれファンも多い白ごま油をご紹介します。ごま油と聞くと香ばしい香りを想像される方も多いと思いますが、当店の白ごま油は、本来の甘み、旨味を最大限に引き出し、香りほのかに仕上げております。あっさりしておりますのでお料理の素材を充分に引き立ててくれることまちがいなしです。和食のお料理、お菓子作りにも最適です。

白ごま油

春レシピ



おにぎり用のりに薄く白ごま油をぬるとさらに香ばしく!

### 白ごまナムルのおにぎり

【材料】 菜の花 1束 / にんじん 1本 / たまご 1個 / 塩 少々 / 白ごま油 適量 / 白ごま (炒めたもの) 適量 / 白ごはん 1杯分

1. 菜の花は茎から先に塩を入れた熱湯でさっとゆで、ざるに上げる
2. にんじんも千切りにして熱湯に白ごま油を少ししたらさっとゆでる。ざるにあげて水気をとる
3. たまごは、白ごま油と塩を入れ炒りたまごをつくる
4. 菜の花とにんじんを、塩少々と白ごま油であえてナムルをつくる
5. あたたかいごはんに3、4を混ぜ、おにぎりを作って炒りごまをかける

【材料】 そら豆 20コ / 塩 少々 / えび 250g / 塩 少々 / はんぺん 1枚 / 溶きたまご 1/2コ / A [酒大 1 / 塩 小 1/2 / 片栗粉 大2 / 白ごま油 少々]

1. そら豆は塩を入れた熱湯で固めにゆでる。ざるにあげて薄皮をむく(黒い部分と反対側に浅く切り込みを入れるときれいにむけます)
2. えびは塩水で洗って背わたをとる
3. フードプロセッサーに、えび・白ごま油・はんぺん・溶き卵・Aを入れ、1分程かく拌してボールにとりだしそら豆を混ぜる
4. 白ごま油を170~180℃に熱し、3をスプーンですくって入れる



えびの代わりに「たら」や「白身魚」もおいしいよ!

### そら豆とえびのさつま揚げ

【材料/20cmの丸型】 にんじん 150g / 卵(大) 2コ / 黒糖or三温糖 150g / 白ごま油 3/4カップ / レモン汁 1/2コ分 / A [薄力粉 200g / 重層 小1 / ベーキングパウダー 小 1/2 / 塩 小 1/4 / シナモン 少々]

1. にんじんは皮をむいて、すりおろして水気をきる
2. 卵をといて、グラニュー糖を3回に分けて混ぜる
3. 白ごま油を少しずつ混ぜていく
4. にんじんとレモン汁を混ぜる
5. Aの粉類をふるい入れ、ざっくりと混ぜる
6. 160℃にあたためたオーブンで40分焼く
7. あついうちに型からだして網で冷ます



白ごま油を使うともちもちの仕上がりに!

### にんじんと白ごま油のCAKE



### 春がやってきました。

暖かくなると、着るものも気持ちも軽くなりますが、春はお肌のトラブルが多い時期。気温の変化、花粉やほこり、紫外線量の増加といった外的要因により皮脂、汗の分泌が不安定になり、また職場の異動や行事なども多く、心もお肌もストレスを受けやすい時期です。春はお肌にやさしいスキンケアを心がけましょう。

1. 正しい洗顔でやさしく汚れを落とす。  
洗いすぎに注意。朝は洗顔料を使わずぬるま湯洗顔でOK。
2. たっぶりの化粧水で水分を補い  
外因からのダメージを抑える。
3. 紫外線対策はしっかりと。  
日焼け止めクリームなどで紫外線を防ぎましょう。ただし必要以上に日焼け止め剤をつけるとお肌に負担をかけ、肌トラブルも。帽子や日傘をいつでも使えるだけ日に当たらないこと、体内中の活性酸素を減らす野菜や果物をたくさん摂ることを心がけましょう。

オイル洗顔  
オイルをお顔全体になじませてやさしくマッサージ。血液、リンパの流れを促しながらお肌の汚れを落としましょう。その後ぬるま湯でやさしく洗い流します。そのままでもOKですが、気になる場合は洗顔料をしっかり泡立てやさしく洗います。

オイルはお肌が敏感になっていてもしみないので安心してお使いいただけます。



### 春に大活躍!

堀内農場でも使用している「古式圧搾製法」で搾った、なたねの油粕です。一番搾りですので油分たっぷりです。

なたね油粕 800g 210円(税込)

ご注文方法は、油と同様です。



使いたしたらやみつきになります

### いつもありがとうございます。ごぞいます。

2013年5月31日まで

期間中、3,000円以上お買い上げいただいたお客様に、お試しサイズの醤油酢をプレゼントいたします。大人気の商品ですので、この機会に是非、お味見下さい。

〈簡単レシピ付〉