

Happy Halloween

10月31日はあつて「ハロウィン」を楽しもう！



ベリーの酸味と
渋みが程よく、
デリーワインにも
オススメ。

カバネラ赤
750ml

クルードスバゲティを作るグルグルミディ



北海道産
ブロッコリー

岡山県の
ローカルフード！
フライパンで麺と
付属スープを
炒めるだけ。



岡山県産クルードスバゲティ
3食入
198円
(税込 213円)

色んなバスタで
ミイラを作ってみてね

パスタをお皿に盛り付けて
のりとスライサーで
顔を作ったよ！



北海道産
ブロッコリー



ブラジル産
若鶏もも肉
角切り(解凍)

北海道産
たまねぎ

北海道産
かぼちゃ

ジャックオランタンのあつあつグラタン

レシピ(かぼちゃ1個分)

- かぼちゃ 1個
- たまねぎ(薄切り) 1個
- 鶏肉(一口大にカット) 200g
- サラダ油 適量
- 塩こしょう 適量
- 小麦粉 大さじ4
- 牛乳 400ml
- ミックスチーズ 適量

作り方

- ① かぼちゃを水で洗い軽く水気をきる。ラップで包み電子レンジ(500W) 上下で各8分ずつひっくり返しなが加熱する。
- ② 粗熱をとったかぼちゃの上から1/4の部分をカットする。中身をくりぬき、種以外はグラタンに使用する。
- ③ 熱したフライパンに油をひき、たまねぎと鶏肉を色が変わるまで炒める。小麦粉をふり入れ軽く炒め、牛乳を少しずつ加えながら混ぜる。かぼちゃを加えてとろみがつくまで煮詰め、塩こしょうで味を調える。
- ④ ②の中に③を詰めミックスチーズを散らし、200℃に温めたオーブンで15分焼いて完成。

※写真はイメージです。

マシュマロはクッキングシートを敷いたフライパンの上で片面を熱して軽く溶けたらつけよう！



マシュマロおぼけのひとくちケーキ

火傷に注意！



お皿に盛り付けて
取りまわそう！



NS
ホワイト
マシュマロ
120g
88円
(税込 95円)

舞茸の和風パスタ



舞茸と2種類の
出汁の風味が
食欲の秋にピッタリ！

ケーキパーを
マシュマロで
アレンジ！



ブルボン
濃厚チョコブラウニー
シルベニア
濃厚宇治抹茶ブラウニー
各1個
98円
(税込 105円)

フルーツモンスターの盛り合わせ

カイトしたフルーツに
4ヨコを目を描くだけ！



カンボジア産地
バナナ

熊本県産地
みかん

長野県産地
ぶどう
ビオーネ
シャインマスカット

ニュージーランド産
グリーンシキウイ

※写真はイメージです。