

おいしいだけじゃない 体にいいカレーをつくらせてくれた:

薬膳風野菜カレー

たりとと

- 毎日ご飯食べよって?
- 野菜食べよって?
- 栄養たりとと。

有機野菜を中心に約20種類の野菜を使った栄養満点!の薬膳風野菜カレー

偏食、野菜不足を補う
おいしいカレーができました!
有機野菜をたっぷり使った、100%手作りです。

※「たりとと」とは、熊本弁で「十分満たされている」という意味です。

▼カレーの材料となる自慢の有機野菜が育つ畑。四季折々季節の野菜が収穫できます。

4日間煮込み続けます。
じっくりゆっくり
心をこめて手づくりしています。
おいしいカレーになあれ!



食品成分表 (100gあたり平均)

エネルギー	71kcal	カリウム	280mg	食物繊維	2.0g	糖質	6.9g
脂質	3.2g	水分	84.4g	カルシウム	54mg	ナトリウム	540mg
灰分	1.9g	炭水化物	8.9g	たんぱく質	1.6g	全フェノール値	196mg

カレーは

医食同源 という

発想から生まれた家庭料理です。ぜひこんな方々に食べていただきたい。

- ①野菜不足で栄養バランスの悪い人
- ②日頃から健康に気を使われる人
- ③カロリー制限中、またはダイエット中の人
- ④スパイスで体を内側から活性化したい人
- ⑤普通のカレーでは物足りない人
- ⑥サプリメント感覚で食べたい人

医食同源とは、食べ物すべてが薬である、という意味。

「たりととカレー」には、一般野菜も含め、常時20種類近くの野菜が入っています。しかも、その時々旬の野菜を使用するので、入っている野菜もその都度違うのです。さらに、20種類近いスパイスやハーブを入れて、4日〜1週間かけて煮込みます。これだけじっくりと煮込むと、普通は小麦粉を使って出すところも、野菜が溶けて自然に出てくるのです。そして出来上がった

「たりととカレー」には、一般野菜も含め、常時20種類近くの野菜が入っています。しかも、その時々旬の野菜を使用するので、入っている野菜もその都度違うのです。さらに、20種類近いスパイスやハーブを入れて、4日〜1週間かけて煮込みます。これだけじっくりと煮込むと、普通は小麦粉を使って出すところも、野菜が溶けて自然に出てくるのです。そして出来上がった

「たりととカレー」には、一般野菜も含め、常時20種類近くの野菜が入っています。しかも、その時々旬の野菜を使用するので、入っている野菜もその都度違うのです。さらに、20種類近いスパイスやハーブを入れて、4日〜1週間かけて煮込みます。これだけじっくりと煮込むと、普通は小麦粉を使って出すところも、野菜が溶けて自然に出てくるのです。そして出来上がった

「たりととカレー」には、一般野菜も含め、常時20種類近くの野菜が入っています。しかも、その時々旬の野菜を使用するので、入っている野菜もその都度違うのです。さらに、20種類近いスパイスやハーブを入れて、4日〜1週間かけて煮込みます。これだけじっくりと煮込むと、普通は小麦粉を使って出すところも、野菜が溶けて自然に出てくるのです。そして出来上がった

もともと主人と共に青果店をやっている私達が、この「たりととカレー」を作ることになったきっかけは、数年前にある食品問屋さんから引き継いで、有機野菜の宅配を始めたことでした。熊本は有機農業生産者数が全国第2位なのですが、有機野菜の流通には様々な問題があり、なかなか思うようにはいきません。

たカレーは、野菜の旨味と香辛料が絶妙に絡み合って、とても深みのある味。一度食べたらさつと病みつきになるはずですよ！
でも、私が皆さんに「たりととカレー」をお勧めしたいのは、ただ美味しいからだけではありません。このカレーは美味しくても「体にいいカレー」なのです。まず、肉を使わず野菜だけで作っているのです。とってもヘルシー! また、一度にたくさん野菜(約20種)が摂れるから、野菜嫌いな方にも最適です。さらに、1食当たり平均70kcalと低カロリー(通常1食当たり120kcal前後)なので、ダイエット中の方でも思いっきり食べていただけます。そして、何といっても、保存料や化学調味料を一切使用せず、すべて手作りでだから安心です。

一度にたくさんは作れません。
だから、多くの注文を
いただくのが心配です。

地産倶楽部 代表 角田真智子



お電話でのご注文はフリーダイヤルで

0120-831-880



薬膳風野菜カレー



たりにとと



祝

新発売記念

10/30 (土) まで

特別セット企画

500セット限定



九州管内送料無料
今回限り

- ① たりとととカレー [5食入] (1食200g) 特別価格 1,000円 (税込)
1,300円をなんと
- ② たりとととカレー [10食入] (1食200g) 特別価格 1,900円 (税込)
2,600円をなんと
- ③ たりとととカレー [10食入・音楽CD付] (1食200g) 特別価格 2,500円 (税込)
3,000円をなんと

FAX注文用紙

ご記入の上、切りとって送信してください。
24時間受付 FAX 096-273-4343

商品名	セット数	タイプ	つちかけ数量	代金
① たりとととカレー 5食入	セット	薬膳風 (辛口)	個	円
		薬膳風 (中辛)	個	
		キッズ	個	
② たりとととカレー 10食入	セット	薬膳風 (辛口)	個	円
		薬膳風 (中辛)	個	
		キッズ	個	
③ たりとととカレー 10食入 音楽CD付	セット	薬膳風 (辛口)	個	円
		薬膳風 (中辛)	個	
		キッズ	個	
フリガナ				
お名前				
ご住所				
お電話	FAX			
お問合せ 質問				

以前から地産倶楽部の有機野菜の宅配を利用していただき、1年程前から定期的に取り寄せています。うちの主人はネギ類がダメなんです。『たりとととカレー』



これなら野菜嫌いの主人でも大丈夫です！

熊本市長嶺東町 下川良子さん

なら形も匂いも味も分からないので、入っけても知らずにパクパク食べています(笑)。他にも20種類近くの野菜が入っているの、ヘルシーで栄養バランスがいいのも主婦としては嬉しいですね。また、我が家では「たりとととカレー」をベースに、野菜やお肉を足してアレンジしたオリジナルカレーにしています。野菜や香辛料たっぷりの本格的な味なので、市販のルウで作るのとは一味違うカレーが出来ます。コレはお勧めです！

日頃、「食べる物には気を使いたい」「有機野菜は体にいい」と思っけていてもなかなか手が出なかった人でも「たりとととカレー」なら気軽に始められますよ。

お電話でのご注文はフリーダイヤルで

0120-0120-831-880

TARITOTTO たりととと



●お支払いは代金引替になります。●今回特別企画に限り九州管内すべて送料無料！
●お申込みから1週間程度でお届けいたします。