

旬のわくわく、見つけに行こう

ぷらす

# きゅっと中越

使ってね♪  
直売所  
で使える  
100円券!  
めくって右下

PICK UP! 2P 直売所へ行こう！春から夏“えちご中越産農産物カレンダー”  
3P おいしさぷらすレシピ / 直売所スタッフの偏買品



## 特集

直売所へ行こう!

春から夏

## えちご中越産 農産物カレンダー

時期ごとに地場産農産物の顔ぶれが変わる直売所は、まるで旬のカレンダー。  
今日は何んな旬に出会えるかな — そんな楽しみを探しに、直売所へ出かけてみませんか。

### 食材で季節を感じる 春の直売所

行楽の春は直売所がにぎわう楽しい季節。普段から直売所を利用している方はもちろん、あまり行かないという方も、JAえちご中越の直売所にぜひお越しください。春の直売所は山菜や葉物野菜、いちごなどが並び、旬の地場農産物たちが次々と登場します。

旬の野菜は一年で一番おいしく、栄養価も高い優れたもの。さらに、生産者が直接持ち込む農産物は鮮度が抜群。新鮮な物でしか味わえない甘みやみずみずしさが楽しめますよ！

### 思いがけない発見にワクワク おいしい出会いを楽しもう!

スーパーではあまり見かけない野菜や、同じ野菜でも多彩な品種、意外に地元で作られているフルーツなど、農産物との新しい出会いも直売所の楽しみのひとつです。

売り場のPOPやレシピカードなどでおすすめの食べ方や簡単レシピを紹介しているものもあり、料理のヒントが見つかることも。

次のページでは、春から夏に入るまでの間、どんな農産物が直売所に登場するのか、ピックアップしてご紹介します♪

直売所に出発ジャ!



©ワンジャ

JAえちご中越公式キャラクター  
「ワンジャ」

# 特集

## 直売所へ行こう！春から夏

# “えちご中越産農産物カレンダー”

「今は何が旬？これからどんな野菜が増える？」直売所に並ぶ農産物をまとめました！

お買い物に  
役立てて  
ほし〜んジャ！



### 4月～5月

4月下旬は葉物野菜やいちごが主役。柔らかくてみずみずしい春の地場野菜は、おひたしや和え物、さっと炒めるだけでもごちそうになります。5月になると人気のアスパラガスやたけのこが並びます。



#### 山菜類・たけのこ

山菜は表に記載のもの以外にも種類豊富に並びます。5月はたけのこが大人気！



#### いちご

地元品種の越後姫がおすすめ。4～5月もまだまだ旬！とろける食感と甘み♪

#### アスパラガス

5月が一番の旬。柔らかくて甘い！太くて張りがあり、切り口がみずみずしいものがおすすめ。



### 意外!?これも地場産あります!

数が少ないものや出荷がない店舗もあり、見つけたらラッキーかも!? 売り場をじっくり確かめてみて!



若採らっきょう。生で食べられます。晩酌のあてにも最高!



鮮やかな赤色。ロシア料理のボルシチに使われます。

〈量の目安〉

出会えるかも? → 出荷最盛

	4月	5月			6月			7月
	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬
とう菜								
たらのめ								
ふきのとう								
わらび								
こしあぶら								
こごみ								
たけのこ								
小松菜								
しゅんぎく								
だいこん菜								
リーフレタス								
ほうれんそう								
ねぎ								
いちご								
さやいんげん								
アスパラガス								
たまねぎ								
かぶ								
キャベツ								
きゅうり								
にら								
ブロッコリー								
だいこん								
ズッキーニ								
トマト								
なす								
じゃがいも								
トウモロコシ								
枝豆								
しそ								
うめ								
もも								
野菜苗								

とう菜は春に伸びてくる“とう”の部分を食べるアブラナ科の野菜の総称で、はくさいのとう菜や川流れ菜など、いろんな種類があります。直売所で探してみてください♪

### 6月～7月

6月に入るときゅうり・トマト・なすがグッと増えてきます。7月は枝豆・トウモロコシも登場し、売り場が一層カラフルに。いよいよ夏野菜の季節です。冷やしてそのまま、茹でて塩など、シンプル調理でおいしい野菜が多いのも嬉しいポイントです。

#### たまねぎ

とろける甘みがたまらないえちご中越産の“新たま”。もはや何してもうまい。ズッシリ重いを選んで。



#### ズッキーニ

大きすぎず皮にツヤがあるものがおすすめ。とにかくチーズと相性抜群。お試しあれ。



#### 枝豆・トウモロコシ

どちらも鮮度が命! 買ったらすぐに食べるべし。新鮮さを味わって。

キウイフルーツ								
エシャレット								
スイスチャード								
ビーツ								
アイスプラント								

ぜひ一度食べてほしい雪国育ちのキウイ。お好みに追熟してどうぞ!



カラフルな葉物。サラダに。

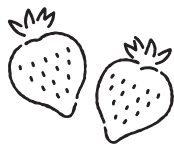
プチプチ食感とほんのり塩味で人気急上昇中の葉物野菜。

※表は目安です。天候などにより出荷時期が前後する場合があります。

※店舗により出荷シーズンが異なる場合があります。



# 越後姫の カスタードタルト



## <材料>9個分

- 牛乳 …………… 200cc
- バニラエッセンス …………… 2～3 滴
- 全卵 …………… 1 個
- 砂糖 …………… 大さじ 4
- 米粉 …………… 大さじ 2
- ミニタルトカップ …………… 9 個
- 越後姫 …………… 12 粒
- 飾り用ハーブ …………… お好みで

## 【艶出し液 (ナパージュ)】

耐熱容器に粉ゼラチン 5g、水 60cc を入れてふやかす。ふんわりラップして 600W のレンジで 30 秒加熱。砂糖 20g を加えて混ぜ溶かす。

## ポイント

いちごに艶出し液 (ナパージュ) をコーティングすると、艶が出てかわいく仕上がります。ミニタルトなので、小粒のいちごがおすすめ!

## <作り方>

- 1 カスタードを作る。小鍋に牛乳とバニラエッセンスを入れ、沸騰直前まで温める。
- 2 ボウルに卵を入れて泡だて器でときほぐし、砂糖を一度に加えてよくすり混ぜ空気を含ませる。米粉を入れて混ぜたら、1の牛乳も加えて混ぜる。
- 3 2をザルでこしながら、小鍋に戻す。中火にかけて、焦がさないようにゴムベラで絶えずツヤが出るまで混ぜる。ふつつつしてから2～3分が目安。
- 4 カスタードを耐熱袋に入れて口をしっかりと閉じ、冷水につけ冷ます。
- 5 いちごのへたを落とす。3粒は細かく刻んでおく。ナパージュする場合は、ここで9粒にハケで塗っておく。
- 6 耐熱袋の端を切り、タルトカップにカスタードを少量絞る。刻んだいちごのをせ、さらにカスタードをこんもりと絞り、いちごを一粒のせる。9個作って完成。



レシピ動画は  
こちら!



## 直売所スタッフの 偏 買 品

偏買品 (へんばいひん) とは 多種多様な品物に囲まれて働く直売所スタッフが、ついつい買ってしまう商品のこと

## 紅かぶの甘酢漬 (200g)

商品名:

販売直売所:

愛菜館 (柏崎市)

販売価格:

450円 (税込)

※販売価格が現在と異なる場合があります。



JA 農産物直売所  
愛菜館  
みもり  
武本 滯李

私がよく買うのは「紅かぶの甘酢漬」です。担当になって間もない頃、売り場を覚える中で鮮やかなピンク色が目に留まり、食べてからすっかりファンになりました。我が家では、福神漬の代わりにカレーライスと味わうのが定番です。漬

け物の一皿としても、食卓を彩る優れたもの。1口サイズにカットされ、包丁いらすずなの嬉しいポイントです。

長岡市小国町の雪深い気候で寒さに耐え、じっくり甘みを蓄えた紅かぶを使っています。シャキシャキとした食感にかぶ本来の風味、爽やかな甘酸っぱさが絶妙です。

私はまだ19歳ですが、先輩からはお酒にもよく合うと聞きました。甘酢漬を着てお酒を飲む日が今から楽しみです。ぜひ一度、手に取ってみてください。

農産物直売所商品券付 定期貯金

# ワンジャフル

## キャンペーン

期間 令和8年5月1日(金)～令和8年9月30日(水)

5月1日(金) 発売開始!

定期貯金25万円ごとにもらえる!

見本 ¥500

プレゼント!

実施期間中、定期貯金25万円以上(預入期間3年)ご契約いただくごとに、JAえちご中越管内の直売所で使える商品券(500円分)をプレゼントいたします。

- ・商品券は下記の5店舗でご利用いただけます。
- ・新規の預入に限ります。
- ・原則として満期日前に中途解約することはできません。
- ※詳しくはお近くのJA支店へお問い合わせください。

今年も 始まるんジャ!

GWも元気に営業!

JA直売所を お得に楽しもう!!

### なじら～て東店

住 長岡市美沢 3丁目 603  
☎ 0258-31-4884 営 9:30～18:00  
休 第2・4火曜日

### ただいまーと

住 三条市福島新田丁 634-1  
☎ 0256-46-8313 営 9:30～18:00  
休 第1・3火曜日 ☆5月5日営業します

### なじら～て関原店

住 長岡市関原町1丁目字中原 2980-1  
☎ 0258-47-2003 営 9:30～17:00  
休 第2・4火曜日

### こしじ青空市

住 長岡市浦 638-1  
☎ 0258-92-2653 営 9:30～16:00  
休 火曜日

### 愛菜館

住 柏崎市田中 2-14  
☎ 0257-28-6711 営 9:00～17:00  
休 第1・3火曜日 ☆5月5日営業します

お得!!

直売所  
スペシャルクーポン

有効期限: 令和8年5月17日

☑ なじら～て関原店  
☑ なじら～て東店 で使える  
1,000円以上のお買物で  
100円 OFF クーポン

★1会計で1枚のみ有効  
★他のクーポンとの併用不可  
★お会計前に事前提示、お会計後の利用不可

※キリトリ(切り取ったクーポンのみ有効)

有効期限: 令和8年5月17日

☑ ただいまーと  
☑ こしじ青空市  
☑ 愛菜館  
☑ で使える  
1,000円以上のお買物で  
100円 OFF クーポン

★1会計で1枚のみ有効  
★他のクーポンとの併用不可  
★お会計前に事前提示、お会計後の利用不可

サンプル

新発売! JA えちご中越公式キャラクター **ワンジャ** LINE スタンプ



**収益金を寄付します!**

令和8年度のLINEスタンプ販売収益金は、「新潟県フードバンク推進協議会」へ寄付を予定しています。趣旨にご賛同くださる皆様のご利用をお待ちしております!



**予告!** プレゼントキャンペーン

JA えちご中越

LINE 公式アカウント

登録者限定企画

Present

JA えちご中越産  
コシヒカリ  
オリジナルパックご飯  
(150g×24個)



5名様

4月21日(火)  
応募受付開始予定!

LINE登録して  
配信を  
待ってね♪



毎日使える  
ワンジャスタンプ  
全16種  
150円/50コイン



LINEクリエイターズスタンプで  
または **Qワンジャ** と検索!



皆さまから持ち寄っていただいた食品などを  
支援を必要とする子どもたちへ届けます

～ワンジャと一緒に子どもたちの未来を応援!～

**ワンジャのフードドライブ大作戦～春～**

日時 4月25日(土) 9:30～14:00

会場 JA えちご中越農産物直売所4店

- ▶ なじら～て関原店 ▶ なじら～て東店
- ▶ ただいまーと ▶ 愛菜館

問い合わせ先 各直売所店舗 詳細はこちら ▶



**フードドライブ**とは

家庭で余っている食品を回収拠点に持ち寄り、地域の福祉施設や、ひとり親家庭などへ食料支援を行う支援団体に寄付する活動のことです。

ご家庭で余っている食品やボランティアとして提供できる食品をお持ち寄りください!



缶詰、レトルト食品など  
賞味期限が1週間以上ある  
未開封のもの



玄米・白米  
1キロ以上、白米の場合は  
精米後1か月以内のもの



野菜・果実類  
日持ちするもの



日用雑貨品  
未使用のもの

支援品の提供先 新潟県フードバンク推進協議会 (三条市北新保1丁目20番18号)

→集まった支援品はワンジャ (JA) が責任を持って協議会へお届けし、県内の食料支援を必要とする家庭などへ提供されます。



いろいろ使えて簡単便利!

**JA ネットローン**

身近で安心なJAバンクのネットローンは、スマートフォンやPCから24時間365日、いつでも事前申し込みできます!

詳しくはHPへ  
アクセスジャ!



▲公式HPはこちら

**住宅ローン**



新築・リフォーム・他行からの  
お借換えにも!

**マイカーローン**



新車・中古車の購入・修理に!

**カードローン**



借入枠の範囲で  
何度でも使える!

©よりぞう

**アンケートに答えてプレゼントを当てよう!**

JA 直売所に関する Web アンケートに答えていただいた方の中から抽選で

**10名様にプレゼント!**

キャンペーン  
実施期間

5/7(木) 9:00まで

応募方法

スマートフォンまたはパソコンからアンケートにご回答ください。  
<https://forms.gle/4fQP981UMCbsYaxj8>

※いただいた個人情報は賞品発送の目的のみに使用いたします。

アンケート  
応募フォーム



今号の当選賞品は

柏崎市・刈羽村産  
「越後姫」2Lパック (360g)

新潟県が誇るブランドいちご。芳醇な甘みとほど良い酸味が絶妙なバランス♪大粒でジューシーな果肉を食べると、口いっぱい香り広がります。



※柔らかい果肉に傷がつかないように  
特殊な容器「ゆりかご」でお届け!