

旬のわくわく、見つけに行こう

さゆっと中越

PICK
UP!

2P 夏野菜で簡単ピザ作ろう！

3P JA農産物直売所紹介/JA公式オンラインショップ「えちご産直 華むす日」/直売所スタッフの偏見品

使ったね♪
家計応援！
特別クーポン
100円券 × 5枚
めくって右と



夏が来た！カラフル地場産野菜が 売り場を席卷♪

ヘタがピンと張ったつやつやのトマトに、朝採りの色鮮やかな枝豆、切り口から水がにじむキュウリ、トゲが痛いほど新鮮なナス。

暑さで野菜の足が早くなる夏ですが、直売所の農産物は元気いっぱい！それは、地元の生産者が最もおいしいタイミングで収穫し、店舗に直接持ち込んでくれるからです。

鮮度だけではなく、品揃えも楽しみのひとつ。直売所では、ナスひとつをとっても約30種類店頭に並びます。選び方や食べ方をこだわりのポップで紹介している店舗もあり、初めてのおいしさと出会うチャンスに満ちあふれています！

私たちの食を支える「国消国産」

「国消国産」とは、「私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する」という考え方です。

日本の食料自給率(カロリーベース)※はわずか38%で、6割を輸入に頼っています。近年の国際情勢の緊迫化や物流の混乱など、輸入に頼るリスクが身近に迫る中、私たちが生きていくために一番大切な「食」の安心を次世代につなげたい。このためにJAグループでは一丸となって、「国消国産」の大切さを伝えています。

JAえちご中越直営直売所の農産物は、100%国産！旬の新鮮な農産物をおいしく食べて「国消国産」を考えてみませんか？

(※農林水産省令和6年度食料需給表より)

出荷者と直売所スタッフが
鮮度を毎日チェック！
新鮮な夏野菜たっぷりのピザ、
作ってみてください♪



なじら〜て東店
店長 近藤 弘行

夏野菜で簡単ピザ作ろう！

夏野菜が、直売所を色とりどりに埋め尽くす季節がやってきました。

中越の水と土に育まれ、農家の愛情が詰まった農産物をたっぷりのせて、簡単ピザづくりに挑戦！

親子調理もおすすすめ！

お手伝いポイントは



このマークが目印！

ピザ生地を作ろう

これを使いました



ニッポン
「ピザミックス」

185 円 (税込)

直売所で販売中！

材料は
ピザミックス1袋と
水 100ml だけ！

① ピザミックス 1 袋と水 100ml をボウルに入れ、ヘラで少し混ぜて、まとまるまで手で 1 分こねる。



② 生地を 2 等分して丸め、ラップをして 5 分おく。生地ひとつが、26cm のフライパン 1 枚分の大きさになるよ。



③ 具材の準備ができたら、フライパンの底面全体に生地を広げる。穴があかないように注意！



アスパラとれんこんとベーコンの トマトソースピザ

材料 (ピザ生地 1 枚分)

アスパラガス 2 本
れんこん 3cm
厚切りベーコン 35g
市販のトマトソース お好みで
ピザ用チーズ 50g

1



【具材を切る】

アスパラガスは根元を 1 cm 切り落として、穂先を残してピーラーで皮をむき、5cm に切る。れんこんもピーラーで皮をむいて、5mm 厚で 6 枚切る。ベーコンは 5mm 幅に切る。

2

【具材を焼く】

フライパンに油大さじ 1 (分量外) を引き、1 を全て入れ焼く。全体にこんがり焦げ目がつくまで。



3



【ピザを焼く】

フライパンに広げた生地の上に、トマトソースを塗り、チーズを広げる。2 の具材を載せて、ふたをして弱火で 7 分ほど焼いたら完成！

枝豆とうもろこしとしらすの バジルソースピザ

材料 (ピザ生地 1 枚分)

生枝豆 200g (さや付き)
とうもろこし 30g (缶詰・パウチ可)
しらす 15g
パスタ用バジルソース 1/2 人前
ピザ用チーズ 50g

1



【下ごしらえ】

<枝豆> 洗って大さじ 1 の塩をもみこみ、フライパンで 100ml の水と一緒に中火で 6 分蒸し焼き。

<とうもろこし> フライパンに塩小さじ 1 と水 100ml を入れ、中火で 6 分蒸し焼き。途中で上下を返す。

2

【具材を準備する】

枝豆は全てさやから出す。とうもろこしは、写真のようにそぎ切りにする。



3



【ピザを焼く】

フライパンに広げた生地の上に、バジルソースを塗り、チーズを広げる。2 の具材としらすを載せて、ふたをして弱火で 7 分ほど焼いたら完成！

おいしい野菜の
選び方♪

直売所店長おすすめ



これだけ押さえて！

とうもろこし



粒がぷりぷり！
葉っぱが元気！

切り口の
瑞々しさをチェック



アスパラガス

れんこん



乾いていないものが
シャキシャキです！

色鮮やかで産毛が
びっしりしたもの。
とにかく 1 分でも
早く茹でて～！



枝豆

とりあえずこれだけ
押さえれば◎
店頭のパックも
参考にしてください♪



新鮮野菜とおいしい発見。
JAの農産物直売所

地元の魅力がぎゅっと詰まった、個性豊かな直売所には、
 “おいしい発見”がいっぱい！お出掛けついでに寄ってみて♪

ただいまーと
**BBQの買い出しは
 ここで決まり！**

野菜も肉も全部そろろ！
 見附市の人気焼肉店も！

三条市福島新田丁 634-1
 0256-46-8313
 9:30～18:00 第1・3火曜日
 ※7/31(金) 臨時休業 ※8/4(火) 臨時営業



なじら～て関原店

リピート必至！
大人気ソフトクリーム

濃厚だけど後味さっぱり。
 全年齢に支持される名物スイーツ。

長岡市関原町1丁目字中原 2980-1
 0258-47-2003
 9:30～17:00 第2・4火曜日
 ※8/11(火) 臨時営業 (切花市 7:00～)



あい さい かん
愛菜館

彩り豊かなお弁当で
 お腹も心もチャージ！

店内には人気のお弁当屋「THERE IS NO END」があり、地元野菜をたっぷり使ったお弁当が楽しめます。

柏崎市田中2-14 0257-28-6711
 9:00～17:00 第1・3火曜日
 ※7/31(金) 時短営業 15:00まで



なじら～て東店

夏の おいしいと
 うれしい がそろってる！

新鮮な野菜はもちろん、ついつい
 欲しくなる商品がズラリ！

長岡市美沢3丁目 603
 0258-31-4884
 9:30～18:00 第2・4火曜日
 ※8/11(火) 臨時営業 (切花市 7:00～)



こしじ青空市

ほりだしものを
 見つけに

コンパクトな店内に、あなたのお気に入りが見つかるかも。

長岡市浦 638-1
 0258-92-2653
 9:30～16:00 火曜日
 ※7/31(金) 時短営業 13:00まで



家計応援特別クーポン
今回は5枚あります！

JA えちご中越直売所 有効期限：令和8年8月10日(日)

1,000円以上の
 お買物で **100円 OFF**

・なじら～て関原店
 ・なじら～て東店 で使える

★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

JA えちご中越直売所 有効期限：令和8年8月10日(日)

1,000円以上の
 お買物で **100円 OFF**

・ただいまーと
 ・こしじ青空市
 ・愛菜館 で使える

★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

JA えちご中越直売所 有効期限：令和8年8月10日(日)

枝豆 **3点以上のお買物で サンプル OFF**

・なじら～て関原店
 ・なじら～て東店
 ・ただいまーと
 ・愛菜館 で使える

★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

JA えちご中越直売所 有効期限：令和8年8月10日(日)

とうもろこし **3点以上のお買物で 100円 OFF**

・なじら～て関原店
 ・なじら～て東店
 ・ただいまーと
 ・愛菜館 で使える

★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

JA えちご中越直売所 有効期限：令和8年8月10日(日)

ソフトクリーム **通常価格 300円 100円 OFF**

・なじら～て関原店 で使える

★1会計で5個まで1回限り有効
 ★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)

旬と逸品

ネットやスマホで簡単注文！

JA 公式オンラインショップ

「えちご産直 華むす日」
 地場産枝豆の予約販売受付中！

自然の恵みをたっぷり受けて育った
 えちご中越自慢の逸品！！

地場産枝豆の
 予約販売受付中！

価格：1kg箱 2,700円(税込)
 2kg箱 4,300円(税込)
 (クール便・送料込み)
 ※越後はちこく茶豆のみ各規格+100円

JA えちご中越の枝豆はオンライン
 ショップで手軽に注文！予約販売なの
 でお目当ての品種を確実に楽しめます。

今年から柏崎市・刈羽村産の「越後
 はちこく茶豆」(予約締切8月5日)が新
 登場！さやの厚さなど厳しい基準をクリ

ただいま受付中！

・越後はちこく茶豆 ・長岡茶豆

これから登場予定！

・あま茶豆 ・つきみ娘 ・越一寸

アしたこだわりのブランド枝豆。甘みと
 うまみがぎゅっと詰まった濃厚な味わい
 が特徴の逸品です。遠方の方への贈り物
 にもぴったりです。ぜひご注文ください♪

※品種によって予約期間が異なります。
 詳細はオンラインショップをご確認ください。
 ※予定販売数を越えた場合、早めに終了することが
 あります。

HPはこちらから ▶

えちご中越 華むす日

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

凍らせても美味しい梅ゼリー

商品名： 有限会社 ドリーム岩塚

販売直売所： なじら～て関原店 (長岡市) ほか
 なじら～て東店、ただいまーと でも販売中

販売価格：2本入り **300円** (税込)



JA 農産物直売所
 なじら～て関原店
 中西 莉子

私がよく買うのは「凍らせても美味
 しい梅ゼリー」です。もともと梅干しや
 カリカリ梅など梅味が大好きで、気にな
 って買ってみたいところ、おいしくてすっ
 かりハマってしまいました。やさしい梅
 の味がする爽やかなゼリーです。

スティックタイプで、スプーンがなく
 ても手軽に食べられるのも嬉しいポイント
 です。商品名のとおり凍らせてもおおい
 しくて、凍ると外側はぶるっ、中はシャ
 リっとした食感になり、梅の味も少し濃
 く感じられます。

冷やすか凍らせるか悩ましい所です
 が、なんと商品は2本入りです。私は
 冷蔵庫と冷凍庫に1本ずつ入れて両方
 楽しんでいます。暑い季節にぴったりの
 商品です。ぜひ食べてみてください。

公式LINE お友だち
限定!!

JA えちご中越 LINE 公式アカウント

プレゼントキャンペーン

予告!

簡単なアンケートに答えて

抽選で **10** 名様に

JA えちご中越産

シャインマスカット

が当たる!

Delicious♪



7月27日月

応募受付開始予定!

LINE登録して
配信を待ってね!



ぎゅっと中越ぶらす

公式LINEは
おトクな情報がいっぱい♪

✓ JA直売所や給油所の**限定クーポン**を配信 ✓ 公式LINE**限定プレゼントキャンペーン**を開催 ✓ 初回アンケート回答で、**興味のある情報**が届く

チャリティー

JA えちご中越公式キャラクター

ワンジャ LINE スタンプ



収益金は寄付するんジャ!

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! みんなのご利用を待ってるんジャ!



中越
News

〜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 2026 ~夏~

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。

日時 7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。

中越
News

過去レシピを検索できる! ホームページに「レシピコーナー」が誕生!

広報誌で好評連載中の「ぎゅっとkitchen」が、ホームページでいつでも見られるようになりました!

旬の地場産農産物を使ったオリジナルレシピが満載。「ヘルシー」「時短」などのキーワードで、お好みのレシピが簡単に見つかります。スマホからの見やすさも抜群◎。

レシピはどんどん追加予定。ぜひ一度チェックしてみてください!



最近野菜が不足がち... そんなあなたは!

野菜たっぷり を
CLICK!

野菜をたっぷり
補えるレシピで、
心も体も元気にす
るんジャ!



これなら簡単に
探せるんジャ

アクセスは
こちらから



アンケートに答えてプレゼントを当てよう!

お米に関する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

8/14(金) 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/ND1xbLz3gDZuaiSM6>

※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

JAレインボー商品券 3000円分

JA農産物直売所、給油所などのJA施設でご利用いただけます。JA えちご中越直売所の夏は、宝石のような果物が続々登場!! 商品券を持って直売所へレッツゴー!



ご利用可能店舗はこちら ▶

