

天然だしと乾物の楽しいお店

# 浜喜にこにこ通信

## 令和5年冬号(12・1・2月)

水戸市青柳町 4566 水戸公設市場内 浜喜  
TEL.029-225-7454 FAX.029-224-1092  
店舗営業時間 4:30AM~10:30AM  
電話対応 4:30AM~ 2:00PM

\*1/8(月)と2/23(金)は営業いたします

2023・12月 師走(しわす)

| 日     | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|-------|----|----|----|----|----|----|
|       |    |    |    |    | 1  | 2  |
| 3     | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 10    | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17    | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24/31 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |



2024・1月 睦月(むつき)

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |    |

2024・2月 如月(きさらぎ)

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |    |    |

#### 12月の行事・暦

大雪 (12月7日) クリスマス (12月25日)  
煤払い (12月13日) 大晦日 (12月31日)  
冬至 (12月22日) 除夜の鐘 (12月31日)

#### 1月の行事・暦

元旦 (1月1日) 成人の日 (1月8日)  
小寒 (1月6日) 小正月 (1月15日)  
七草粥 (1月7日) 大寒 (1月20日)

#### 2月の行事・暦

節分 (2月3日) 建国記念日 (2月11日)  
バレンタインデー (2月14日)  
雨水 (2月19日) 天皇誕生日 (2月23日)

師走の候、会員の皆様にはお元気で過ごしのこととお慶び申し上げます。2024年は辰年です。  
辰は十二支の中で最も縁起の良い干支と言われており、様々な願いを叶えてくれるだけでなく、あらゆる物事をいい方向へ導いてくれる力があるとされています。2024年が健康で幸せに満ちた年でありますようにお祈りいたします。浜喜スタッフ一同

今年一年間のご愛顧に感謝を込めて、だしどころ浜喜お年玉くじ(ハズレなし)を実施いたします

## 浜喜の特別企画 だしどころ浜喜 お年玉くじ

開催期間 11/27(月)~12/30(土)

当選内容

- 一等 浜喜商品券 1万円(1000円券×10枚)5名様
- 二等 浜喜商品券 5千円(1000円券×5枚)10名様
- 三等 浜喜商品券 3千円(1000円券×3枚)20名様
- 参加賞 浜喜商品割引券(お年玉くじ券)50円

商品券 商品券 商品券

かつおぶし

募集中!

#### お年玉くじとは

税別1000円以上のお買い上げで くじ1枚 進呈  
(お1人様一日一枚限定)

くじの配布は2000枚で終了です

\*くじが無くなりしだい予告なく終了にさせていただきます。

#### 当選発表

令和6年1月13日 土

お年玉くじと商品券の引換および使用期限

令和6年1月15日 月

~令和6年6月29日 土

お友だち登録は  
こちらから



- ➡当選発表は、**ラインのみ**での配信になります。(個別での当選のご案内はいたしませんのでご了承ください)  
\*11・12月中旬にラインのお友達登録をお願いいたします。
- ➡お年玉くじと賞品(浜喜商品券)の交換は、浜喜店内に限らせていただきます。スタッフにお声がけください。  
\***くじの控え**をお忘れなく、必ずご持参ください。 \*賞品の郵送は行っておりません。
- ➡商品券、割引券の使用方法
  - ・一等、二等、三等の1000円券は、浜喜のお買物にお使いください。(おつりは出ませんのでご了承ください)
  - ・割引券の50円券は、**税別500円以上**のお買上げで1枚使用できます。(一日に2枚まで使用できます)

## 今年のご挨拶に 浜喜のギフトはいかがでしょう

- ・好きな商品をご組み合わせいただけます
- ・一個から包装、のし印刷もお受けいたします



おすすめ!



- ◎すぐに使える物ばかり
- ◎こんなに詰めても市場価格なので安く、しかも豪華に
- ◎どれも品質が良く安心です
- ◎乾物は非常食になり日持ちがします



### ちょっとした手土産にも最適です

- ・全形海苔・おにぎり海苔
- ・だしパック・おかかパック
- ・蕎麦とかえし
- ・三陸産カットわかめ
- ・ふりかけ各種



### お歳暮の由来は?

お歳暮は、年越しの「御霊祭」で祖先の霊にお供えする品物を、嫁いだ娘や分家の者が本家に持ち寄ったことに始まります。お供え物は、塩鮭、するめ、数の子、塩ぶり、魚類の干物だったようです。やがて、年末に帰省できない子どもや遠方に住む親戚が、祖先の霊や年神様（新年の神様）に供える供物を本家に贈るようになり、その後、日ごろお世話になっている親類や上司、取引先などにも贈る習慣へと変わっていきました。

### 冬の売れ筋商品のご紹介

- ◆特選ほしいも
- ◆松前漬け
- ◆松前スルメ、松前昆布
- ◆三陸産ゴールドわかめ
- ◆ゴールドおかか ◆日高昆布
- ◆前浜スルメ
- ◆花かつお
- ◆薫る青さのり
- ◆芽かぶとろろ
- ◆全形焼きのり
- ◆国産長ひじき、芽ひじき
- ◆国産椎茸冬菇
- ◆かつお節厚削り
- ◆北海道金時豆・小豆
- ◆浜喜焼きのり 3つ切り
- ◆海賊船味付けいなり

ぜひ一度  
お試し  
ください

お正月の  
準備に

## 松前漬けにチャレンジしましょう

### 浜喜松前漬レシピ

- 松前漬 300g  
人参 約2本  
たれ { 酒 600cc  
みりん 500cc  
醤油 180cc



- ① 松前漬 300gをボールに入れてさっと洗う(お好みでするめを半分にカット)
- ② ザルにあげ 30 分ほど置く \*水に長く浸けると、昆布ののろみが流れてしまいます
- ③ 人参を千切りにする(水洗い後、ザルにあげる)
- ④ 松前漬と人参をさっくりと混ぜてから、袋・容器などに入れておく
- ⑤ 鍋に酒・みりんを入れ沸騰させアルコール分をとばす\*量が減ったら醤油を少なめに
- ⑥ 醤油を入れ、火からおろし冷ます \*タレは温かいと戻りが早いです
- ⑦ 具材にタレをかけて、冷蔵保存 \*食べ頃は、イカがしんなり柔らかくなった頃です

★タレをなめて味を確認(出来上がりの味に近いです)

◎出来上がった松前漬に切干大根を加えても美味しいです

## 新商品!

### 浜喜のごま塩



浜喜特注の  
美味しい塩と  
胡麻を使った一品

### とろろめかぶ 天草産 280g



海藻屋さんが  
作った美味しい  
めかぶ佃煮です

### おすすめ

### そばの実入り 青とう辛子味噌



卵と  
相性抜群です

ほどよい辛味と食感が心地よい青唐辛子に、健康食材としても有名なそばの実を加え、信州味噌と水飴で、甘辛く仕上げた一品です。お酒のおつまみや、ご飯にかけてもおいしくお召し上がり頂けます。

### 健康レシピ

#### くるみと煮干しの佃煮

煮干し 40g、くるみ 35g  
たれ (砂糖大さじ3、醤油大さじ1/2、水大さじ1)



1. クルミは手で割って食べやすい大きさに。フライパンにクルミと煮干しを入れて空炒りし皿に取る。2. 空いたフライパンに砂糖、醤油、水を入れて火をつけ、フライパンを回しながら熱し、砂糖が溶けたらくるみと煮干しを戻し入れて全体からめします。火を止めてお皿などに広げて冷まします。

### 乾物のちから

乾物を  
おすすめします!



乾燥させることで栄養価が上がったり旨味が増したりと、元の食材からパワーアップした食材が乾物です。和食はもちろん、洋食にもおすすめ。

#### 栄養価アップ!

乾物は水分が抜けて凝縮されるため、生の状態と同じ重量で比べると、ビタミンやミネラルなどの栄養分が大幅に増加します。

#### 旨味アップ!

乾燥させることで旨味のもとであるグアニル酸やグルタミン酸が増えるため、出し汁を取ったり、様々な料理に利用できます。

#### 保存性アップ!

乾物は水分が抜けたことで菌の繁殖を防ぐため長期保存できるようになり、非常食としても大活躍です。

### NHK 料理教室

だし屋さんに教わる  
やさしい乾物・野菜の料理

2023/12/22 (金)  
2024/ 1/26 (金)  
2024/ 2/16 (金)

講師

田野島万由子  
つくば市  
(野菜ソムリエプロ)



お問合せは 文化センター水戸まで  
Tel 029-233-1715

## お買得デ

## 期間限定セール

おまちしています



12 月のお得情報  
12/1(金)~12/9(土)

海苔  
10枚・100枚全形のみ

10%OFF



1 月のお得情報  
1/5(金)~1/13(土)

食べる煮干し  
特選食べる煮干し

10%OFF



2 月のお得情報  
2/1(木)~2/10(土)

ゴールドおかか  
サイズは各種取り揃え

10%OFF

