

ブリップリの  
マスタード粒!



### イエローマスタードシード

これを使ったRaw (非加熱)マスタードの作り方は、P60でご紹介。  
360円〈アリサン〉

自然派  
ノンアルコール



### 龍馬 1865

体に優しいノンアルコールビール。ドイツ麦芽100%で本場ドイツ産の飲み心地。  
350ml 120円〈日本ビール〉

甘うまうまい!  
有機メイプル



### オーガニック・メイプルシロップ No.2 アンバー

カナダ・ケベック州産の濃厚シロップ。オオパコデザートにかけたりします。  
2945円〈ナチュラルキッチン〉

可愛すぎる  
ピンク色のドリンク



### オーガニックのローゼルティー (ハイビスカスティー)

P57のピンク色の飲み物はこれ。ローゼル=ハイビスカスのハーブティー。  
50g 1200円〈ピュア☆ラ☆バリ〉

ビタミンと  
ミネラルの宝庫



### EcoMil アーモンドミルク ストレート(無糖)

クセがなくて飲みやすい! P84のオオパコ杏仁豆腐でも使いました。  
980円〈プレマ〉

農薬を落とす  
ほたてパワー



### ほたて貝殻燃焼パウダー 02

食材じゃないけどおすすめしたい! 農薬を落としてくれる野菜用洗剤。  
1kg 2400円〈ふるさと物産〉

# Welcome to NANA Marché

## ようこそ、奈奈マルシェへ

体に良くて美味しい**食材**は奈奈ごはんに欠かせません!  
全国から取り寄せた**10**アイテムをご紹介します。

用途たくさん!  
マルチなミルク



### 無添加ココナッツミルク

煮込み料理やスイーツに。前ページのココナッツプリンでも使いました。  
280円〈インターフレッシュ〉

国産有機の  
しょうゆです



### 御用蔵生醤油

蔵出しの風味がまろやか。神泉の名水を使用するなど、水にこだわりが。  
500ml 900円〈ヤマキ〉

酢作り300年!  
老舗の名品



### 有機玄米くろ酢

有機栽培の国産玄米を使って、昔ながらの製法で作った黒酢です。  
720ml 2800円〈庄分酢〉

爆発するほど  
元気な麴



### 自然栽培玄米麴

ササニシキを自家採種菌で麴に。自家製みそが爆発(P95)したほど活発。  
1kg 1728円〈マルカワみそ〉