



嵐山グランマルシェ日程ご連絡

※裏面もお知らせあります。

LINE 公式アカウント ☎080-4820-4008 大島 10/15 ホームページ



「次回 10月28日(土)」午前11時~午後4時開催

※前回から「油を一切使わずに揚げ物ができる」エアフライヤーを導入しました。揚げ物のご要望は以前から頂いていましたがサラダ油は体によくないこともあって、躊躇していました。第一弾は「サクサク肉じゃがコロッケ」「自家製ドライフルーツ」でした！次回以降も揚げ物系を企画していきます。ヘルシーなグランマルシェの揚げ物をご利用下さい。

※鮎の焼き方を勉強してきました。段違いにサクサクになって味が変わりましたので是非お試しください。

※自家製総菜は、化学調味料をしません。味醂は広島島の味醂醸造蔵の天然醸造味醂を取り寄せて使用しています。なるべく薄味に、お安く、使い勝手のよいようにパックのままレンチンできるとか、少量ずつの小分けなどを意識して心掛けています。



【前回売場販売レポート】

いつもご来店ありがとうございます m(_)_m
■総菜:「サクサク肉じゃがコロッケ」100「自家製テリーヌスープ」180「自家製サーモン炊込みごはん」250「自家製真鯛の子花咲煮」280「自家製ご飯にかけるごぼうと昆布」80「自家製バケットサンド」600「バケットサンドのバケットパン」1本 380「宝塚和牛 100%スペシャルハンバーグ」850「イカのきざみハンバーグ」450「ふんわり玉子のオムライス」450「寒干し大根たまり漬」80「ナムル盛合」570「自家製ドライフルーツ(オレンジ・パイ)」100



■持病もち小林の元気回復の秘密兵器シリーズ(ホームページに順次詳しく紹介してます)「純粋非加熱蜂蜜 260g(600g1200g2400g瓶もあります)」1600「ゼオライトパウダー/リキッド」3000「古代海泥クリームホルミタッチ」6800「古代海泥ミネラルパウダー」12000「生ローヤルゼリー」13850「ローヤルゼリーカプセル」13850「プロポリス」12000「プロポリスキャンディ」1496「安定型次亜塩素酸ナトリウムスプレー」700

■フルーツ:「ゴールドキウイ 2L」98「オレンジ」2個 80「秋映りんご(黒りんご)」200「早生みかん秀」5個 230「平柿種なし L」90「平柿種なし 2L」100「バナナ」200

■京都産無農薬有機お野菜:ハロウイン南瓜コーナー【栗南瓜】480「和南瓜」300「そうめん南瓜」450「コリンキー」480「ごぼう」1p95「菜の花菜」120「白菜菜」120「大根菜」50「白茄子」200「しその実枝売」150「日野菜」50「葉にんじん」30「ラディッシュ」30「マコモダケ」125「木コショウ枝売」130「ケール」80「ニラ」50「赤しそ」100「食育竹田さん梅干」100「農家の赤しそ梅干」80

■中央市場お野菜:「プリンセストマト」1p330「アイスプラント(バラフ佐賀大)」200「白しめじ」150「大なめこ」100「柿の木茸」98「椎茸」320「米茄子」200「豆苗」80「水菜」50「さくら/ふじカイワレ」98



■鮮魚:炭火焼魚祭3開催。毎回好評なので頑張ります。ブリ 170 カレイ 160 真鯛 190 サワラ 180 イワシ 80 鮎 250 サンマ 340 「刺身盛合」790(真鯛・カンパチ・サーモン・紋甲イカ)「単品刺身」(柵真空、カット盛付)「真鯛刺身」「カンパチ刺身」「紋甲イカ刺身」「サーモン刺身」。「サンマ」340「イワシ」80「エイヒレ大」450「カレイ一夜干し」220「鹿児島産日本うなぎ蒲焼」1尾 1700「上干ちりめん」180「紋甲イカゲソ」390

■精肉:「ドラゴンカルビ 200g」780「黒毛和牛赤身肉 200g」1900「黒毛和牛カルビ 200g」1800「黒毛和牛ロース 200g」1900「黒毛和牛サーロインステーキ 200g」2300「ハラミ 200g」580「特上ハラミ 200g」1800「国産てっちゃん 200g」520「国産豚切落し 200g」350「ウインナー」160「国産若鶏むね肉カット 200g」150

嵐山コミュニティハウス キャッシュレスOK!

ローソン谷ヶ辻子町店100m 西京区嵐山上海道町7-1 ☎080-4820-4008

嵐山グランマルシェお知らせあれこれ



📄 ホームページ



📷 Instagram



■ **ポスティングを外部に委託しました** ■ 配布が体力的に厳しくなりポスティングを外部委託しました件お知らせしましたが、配布漏れがあります。申し訳ありません。ホームページにカラーでポスティングチラシの掲示ページを作成しました。毎回のポスティングチラシがカラーで見れます。LINE公式アカウントでも前日にチラシデータをカラーで送らせていただいております。よろしく願い致します m(_)_m

■ **オープン時間は11時です** ■ オープン前のお時間にお越しになられてしまうお客様がたまにおられます(早い方は1時間程度フライング)。まだお店が完成していません。開店準備が進まなくなり、

POP 書けず、値札貼れず、陳列終わらずなどの障害に繋がります。早起きされても、恐れ入りますが開店時間遵守お願い致します。

■ **次回 10/14 フリマ出店情報** ●断酒したパパさんのおうちの在庫発泡酒1ケース 4500 円出品

●アブルームクラフト(ペーパークイリング) ●ふわこっぺ ●「きよつび」(紐バッグ) ●Nailsalon irodolly ネイルアート Mai さん

■ **コミュニティハウスの教室等予定(参加希望者はご連絡ください☎080-4820-4008)**

10/27 11/10・17 15:00~16:00 太極拳教室(坂尻先生文化祭で剣の演舞をして頂きました。)

10/25 11/8・22 13:00~14:00 らくらくピアノ教室(河地先生文化祭でライブ演奏して頂きました。)

10/27 11/10・24 15:00~15:40 笑う「セルフケア教室」

【嵐山グランマルシェの商品 = なんでおすすめか(^_-)-☆】

グランマルシェの販売商品はかなりこだわって仕入れています。科学データで証明があるもの、自分達が食べたり使ったりして品質や味を確認しているモノばかりなので、1つずつ知ってもらいたい話があるんです(笑)

(1) 鮮魚 → なんでハイクオリティでお値打ち価格？

中央市場で仕入れていません。元々プロではないので鮮魚の目利きなど難しくてできるはずもありません。カットなども一つ一つ勉強してできるようになってきた位です。そこで、高級日本料理屋、高級鮨屋さん専門で卸している鮮魚卸と取引するようになりました。彼らの取引先が皆プロで品質にこだわるので、ええもんしか扱っていません。それなのにグランマルシェで毎回必ずなんか安いのは、キャンセルになって卸さんが困っているものを安く仕入れたりするからです。これは競争に勝たねばならぬめっちゃ頑張っています。魚があまり好きな方ではなかった大島さん(臭いが苦手)がこの魚だけは美味しい！と喜んでいるモノです。

(2) イカのきざみハンバーグ(北海道) → 柔らかいのもあっていろいろ楽しめる

湯煎で OK お手軽。普通のハンバーグと同じ食べ方 OK(デミグラソース、大葉大根おろし、チーズのせ等)。その他に「素焼きで生姜醤油、わさび醤油、粉塩などで」「ちぎってお吸い物、お味噌汁等のつみれ」「そのまま揚げてイカメンチカツ」「パテの代わりにコレ挟んでイカハンバーガー」「うどんやお蕎麦のトッピング」など美味しいです。

(3) 自家製バケットサンド → なんでファンができてまう？

バケットのパンは美味しいのを厳選。グランマルシェの早朝、炭を起こして厚切りベーコンを焼いて挟む。無農薬有機の野菜挟む。ひみつの自家製サンドソースを塗る。という手のかかりよう!(^^)!

(4) 生ローヤルゼリー、カプセルローヤルゼリー、プロポリス → なんで他で手に入らない？

大島さんのお父さんがかなり前に冷食と健食のメーカーをご高齢で廃業されたのですが、元のお客様からローヤルゼリー関係とプロポリスだけはどうしても欲しい(他で買えないので)と強く要望を受け、それだけ今も販売継続されています。品質は抜群ですがお値段も安くはないです。でもグランマルシェの販売価格はうちが福利厚生で分けて頂いている値段でそのまま出しています。(通常¥23,760 → グランマ ¥13,850)大島父上が世界中！探し回って最高品質の養蜂家を見つけたとのこと。実際に成分分析で実証されていて、大島さんは子供時代から今も毎日飲んでいる元気の元です。