



嵐山グランマルシェのご連絡

※裏面もお知らせあります。
LINE 公式アカウント ☎080-4820-4008 大島 5/25 ホームページ

次回5月25日(土) 午前11時~午後4時

【前回のグランマルシェ商品レポート】



■**精肉**:市価の40%オフ位のご奉仕。前日カット最高鮮度でお届け! 讃岐牛、熊本牛、鹿児島牛、但馬牛など認証証明書つき「A5黒毛和牛サーロインステーキ 240g」3380 「A5黒毛和牛上ロース赤身200g」2426 「A5黒毛和牛カルビ200g」1600 「A5黒毛和牛赤身200g」1900 / 「鶏胸肉 200g」130 「国産豚切落」350



■**総菜**:焼鳥「ねぎま」「モモ」「カワ」「ナンコツ 160」「つくね」190 「紋甲イカゲソ串」190 「フランクフルト」168



「自家製しらすの炊き込みご飯」280 「ソース焼そば」450 「オムライス」450 「エアフライカレーコロッケ」 「エアフライ栗かぼちゃコロッケ」100 「八宝春巻」100 「寒干大根たまり漬」80 「宝塚和牛特製ハンバーグ」850 「イカのきざみハンバーグ」450 「エアフライ栗かぼちゃコロッケ」100 「自家製ケールチップス」100 「自家製ドライフルーツ(オレンジ・パイン・ミックス)」100



■**鮮魚**:「カレー夜干し」190 「沖縄もずく」180 「紋甲イカゲソ」390 「大羽イワシ」100 「宍道湖活しじみL」230/100g 「ひらめ切身」195 「天然活メぶりカマ」250 「天然活メぶり切身」190 「天然活メスズキ切身」190 「カンパチカマ」250 「香川オリーブサーモン



切身」195 「ハマチ切身」190 「北海道活生タコ刺身」「真鯛刺身」「カンパチ刺身」「ハマチ刺身」「紋甲イカ刺身」「サービス春の刺身盛」690(6種) 「鹿児島産日本うなぎ蒲焼」1尾 1700 「メバル丸魚」460 「ちりめん」198 「釜揚げしらす」180 「富山産ホタルイカ」480 「鮎丸魚」290 「エイヒレ」450 「大トロメサバ」760 「トロホッケ」880 「高級サバ開き」450



■**青果【市場】**:「オレンジ」2個 80 「ゴールドキウイ」160 「ハニーグローパイナップル」150 「淡

雪(いちご)」900 「おおきみ莓」300 「いちぢく」480 「人参菜」80 「とまりッチ(フルーツマト)」120 「ミニチンゲン菜」150 「米ナス」185 「株取り大なめこ」100 「柿の木茸」100 「舞茸」100 「スギ茸」280 「えびす南瓜」198 「やまがき」200

「レタス」180 「キャベツ」150 「小松菜」80 「白ネギ」98



■**スタッフ愛用元気グッズ**:非加熱純粋蜂蜜 240g 1600 から 200g 1300 に変わりました! 「ゼオライト」3000 「ホルミタッチクリーム」6800 「酪酸エキスカプセル」8800 「ローヤルゼリー」(大島さんご実家販売)13850 「インターナチュラル」(インターフェロン誘導サプリ)12000 どんどん販売許可OKをもらったものからご紹介していきます。

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

■コミュニティハウスの教室等予定(参加希望者☎080-4820-4008)

6/6, 20 15:00~16:00 太極拳教室(坂尻先生) 6/5, 19 13:00~14:00 らくらくピアノ教室(河地先生)
6/14, 28 15:00~15:40 笑う「セルフケア教室」 6/12, 26 「ギター—教室(坂本先生)

【お知らせあれこれ】

1)ホームカミングフェスを開催しました

先週の5/18土曜日は「嵐山ホームカミングフェス」を開催しました。11時半開場で、お天気もよく満員大盛況。ありがとうございました。松尾に住んでおられる記者さんに気に入っていただき、先般Yahoo ニュースで紹介していただきましたが、フェスの様子も早速ネットでご紹介頂きました。Google で「嵐山グランマルシェ」検索3番目に表示されるので見てみてください。フェス当日の様子をレポートして下さっています。フェスでは吉本若手の漫才ワークショップ、フラ教室の皆さんの演奏、



ギター of 坂本先生のデュオライブ、ピアノ教室河地先生演奏、ソロフラの名手「かおるさん」の優美な舞。うっとり「トランペットジャズ」の「とらしくる」さん。最後はグランマルシェ大島さんとかおるさんのフラショーで参加者さんたちと爆笑とともに一緒にフラを踊りました。



地域ニュースサイト号外NET

<https://kyoto.goguynet.jp> 京都市府、京都市、イベント

【京都市西京区】嵐山のグランマルシェがカミングフェスティバル

...

14 時間前 — 嵐山にあるコミュニティハウスで毎月第2・第4土曜日に開催されている地元で評判のマーケット「嵐山グランマルシェ」が、食べて、観て、体験...



地域ニュースサイト号外NET

<https://kyoto.goguynet.jp> 京都市府、京都市、イベント

【京都市西京区】スーパーが次々と撤退する中で始まった嵐山...

2024/02/10 — 【京都市西京区】スーパーが次々と撤退する中で始まった嵐山グランマルシェは新鮮食材の宝庫 今では地域住民の拠り所に！ホタテやブリカマ、イワシ...



2)鮎のはなし

もう最近グランマルシェの仕入値の値上げがきつくなって緊急事態です💧販売停止になる商品もどんどん増えて行きます...できる限り値上がりしがそのまま売価にならないよう頑張っています。あんまり高いものは仕入れを控えてお得意の粘り腰の交渉でお買い得をゲットしています。お買い物エンターテインメント＝嵐山グランマルシェ！頑張ります。

今日は「鮎」のはなし。昨年までは鮎を炭火コンロで普通に焼いていました。日本料理のプロに焼き方を教わったりしていましたが、ある日炭場を離れないといけないことがあって、遠火にして用事をすませて時間経過後戻りますと、鮎の魚体が黄色くなっていました。味をチェックするのに試食しましたところ、「めっちゃウマ！！」ビックリしました。

もともと日本料理人に、「鮎はコケを食べるので体内に水が多いからそれをしっかり抜いて焼く」と教わっていました。串に刺して顔を下に囲炉裏で焼く絵が浮かびますが、あれは水を抜いているのだそうです。

たまたま弱火で長時間焼いたことで、「水がちゃんと抜ける」状態が確認できまして、そうすると別の魚みたいに風味が素晴らしいんです。今は弱火で1時間ほど時間をかけて最高の焼きあがりになるように焼いていますので、是非一度トライしてみてくださいね(^)v

