

KurūCo

2018年 2月2週 2月お届け商品ご利用代金
口座引落日 3/6(火)

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---------|------|----|----|----|----|
| 注文用紙提出日 | 2/5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 定番品お届け日 | 2/12 | 13 | 14 | 15 | 16 |

※「くらしと生協」など、一部お届けが異なる商品もございます。

驚くほど“パラパラ”なチャーハン。

ご家庭で作るチャーハンを、“パラパラ”にするのは至難の業。でも特殊な直火炒め製法を採用したこの商品なら、電子レンジでチンするだけで、驚くほど“パラパラ”のチャーハンが味わえるんです！餃子同様、原料の米・卵・にんじん・ねぎ・豚肉は国産にこだわり、調味料(アミノ酸等)は使用せず、素材の味を大切に仕上げました。

たまらん、とまらない！ ガッツリ系★ 王将中華



26 別
ページ チラシ



26 別
ページ チラシ



301 次回予定 凍
大阪王将 直火炒めチャーハン(生協仕様)
230g×2 448円(税込483円)

302 次回予定 凍
大阪王将ぎょうざ(お徳用)
50個850g 948円(税込1,023円)

油なしでも“皮パリッ”の餃子。

国産小麦粉を使ったこだわりの皮に、調理油を注入する特殊製法により、油なしで調理しても皮はパリッと、中はジューシーに焼き上がる不思議な餃子。具材はすべて国産で、安心感も抜群。また、調味料(アミノ酸等)不使用で意外とあっさり味なので、何個でもバクバクいけちゃうおいしさです♪

もくじ | 今週のクルコ

| | | | |
|-------------------------------|--------------------------|-----------------------|--------------------|
| ■ 特集 2~8 | ■ 惣菜 33~36 | ■ お酒 52 | ■ 日用雑貨 60・61 |
| ■ なみレビ・クローズアップ 9 | ■ 調味料・加工品・乾物 37~41 | ■ クルコママ 53 | ■ 化粧品 62・63 |
| ■ 産地からこんにちは・掲載マークの見方 10 | ■ たまご・牛乳・乳製品 42 | ■ クルコママ・日用品 54 | ■ ポイントで利用 64 |
| ■ 青果 11~14 | ■ 乳製品 43・44 | ■ 化粧品 55 | |
| ■ 青果・お米 15 | ■ パン 45 | ■ 書籍 56 | |
| ■ お魚 16~20 | ■ パン・飲料 46 | ■ ソラデー&消耗品 57 | |
| ■ お肉 21~25 | ■ 飲料 47 | ■ 頭皮活性化ブラシ 58 | |
| ■ 冷凍食品 26~32 | ■ お菓子 48~51 | ■ 口腔環境ケアシリーズ 59 | |

別チラシ ・そろってGood!
・冬の謝恩得販
同時配付の別チラシをご覧ください。

配達された商品がご注文どおりのものかどうか、また破損などしていないか直ちにご確認ください。不良品・破損品の返品・交換はクルココールセンターまでご連絡ください。

JA紀南特集

クルコの野菜とおいしくいた



産地のJA紀南は

果樹を基幹とした日本一の産地づくりをめざしています。梅の生産を中心に行っていますが、黒潮の暖流による温暖な気候、暖かな陽射しや田辺湾からの照り返しなど柑橘類の栽培にも恵まれた地域です。



木熟デコポン



写真はイメージです。

「木熟」とは

味のよさを大切にするためJA紀南(和歌山県)が取り組んでいるのは、樹に成らせた状態でぎりぎりまで熟期を待つ「木熟」。甘みが強くなり、コク・甘みの増したデコポンに育ちます。また、非常に香りもよいことも「木熟」の特徴のひとつです。

食味のよさと食べやすさで人気。

デコポンは、甘みが強く酸味とのバランスがよいという食味に加え、外皮は手で容易にむくことができます。また、種がほとんどないという食べやすさもあることからとても人気の柑橘です。

10歳以上
ごんには
ご案内



3 産直 翌週

木熟デコポン

450g 480円(税込518円)

JA紀南(和歌山県)

10歳以上
ごんには
ご案内



箱はイメージです。

4 産直 翌週 箱企画

木熟デコポン

2.7kg箱(10-15玉) 2,750円(税込2,970円)

JA紀南(和歌山県)

木熟ポンカン



写真はイメージです。

食べたあとも残る、フレッシュな香り。

「木熟ポンカン」を手にしてふたつに割ると、そのフレッシュで甘い香りに驚かされます。それは食べた人にも移るため、「盗んでもすぐバレる」といわれるほどの華やかさ。果肉も皮もやわらかで、ジューシーな口あたりが楽しめます。

袋破れを防止するため「葉付き」は1玉のみとなります。

5 産直 翌週

木熟ポンカン

900g 598円(税込645円)

JA紀南(和歌山県)



はるみ



写真はイメージです。

濃厚な味とぷちぷち食感。

はるみは、「清見」と「ポンカン」を交配した品種で、爽やかな香りがあり、甘みと酸味のバランスがいいところが特徴です。また、皮がむきやすく、内皮も薄くやわらかで、種は少なめ。甘みも強く、食味良好で食べやすい柑橘です。

今季最終

1 産直

はるみ

480g 480円(税込518円)

JA紀南(和歌山県)



今季最終

2 産直 箱企画

はるみ

4kg箱(18-24玉) 3,300円(税込3,564円)

JA紀南(和歌山県)



箱はイメージです。

果物を いただきます!



常備野菜の定番。煮たり、炒めたり、
いろんな料理で大活躍。

甘みがあって酸味は少なめ。
歯ざわりはシャキシャキと心地いい。



写真はイメージです。

糖度13度(±0.5度)設定で選別

16 産直 翌週

りんご(サンふじ)

900g(3-4玉) **498円(税込537円)**
津軽産直組合(青森県)



調理例



10ページ
が掲載
あります

83 産直 翌週 箱企画

じゃがいも(男爵)

4kg箱 **880円(税込950円)**

JAきたみらい(北海道)



10ページ
が掲載
あります

91 産直 翌週 箱企画

たまねぎ

4.5kg箱 **880円(税込950円)**

JAきたみらい(北海道)



調理例

サラダといえばトマトにきゅうり!
お好みのドレッシングで。



写真はイメージです。



10ページ
が掲載
あります

39 産直 翌週

きゅうり

5本 **330円(税込356円)**

佐原農産物供給センター(千葉県、茨城県)、高知県、宮崎県



10ページ
が掲載
あります

30 産直 翌週

トマト(桃太郎)

S・Mサイズ(3-4玉) **298円(税込321円)**

JAふくおか八女(福岡県)



調理例

いも煮を食べて、心もからだも
ホクホクしちやいましょう!



お届け後は新聞紙に包むか紙袋に入れる
などして、風通しのよい室内で保存して
ください。

69 産直 翌週

里芋

700g **348円(税込375円)**

佐原農産物供給センター(千葉県、茨城県)、新潟県、千葉県、茨城県



調理例

独特のほろ苦さと、
みずみずしい食感を楽しむ。



49 産直 翌週

なばな

180g **198円(税込213円)**

三重県



10ページ
が掲載
あります

44 産直 翌週

ブロッコリー

1株 **248円(税込267円)**

千葉県、茨城県、群馬県、埼玉県、愛知県



調理例

ほっこり温まるシチューや
グラタンの具材に。



調理例

ゆでたてをそのままでも、
炒めてもいい。



45 産直 翌週

スナップえんどう

80g **248円(税込267円)**

愛知県、熊本県、鹿児島県

家計応援!真冬の買い物はクルコ

食感のよいきのこを常備菜作りに。



おつまみや
夕食の一品など
いろいろ使えて重宝!

調理例
97 産直 翌週
五十嵐さんのぶなしめじ
170g... **128円(税込138円)**

2個以上のご利用で1点
118円(税込127円)

きのこ生産者の会 五十嵐さん(新潟市)



身がふっくらやわらかく、甘めの味付けが人気。



調理例
2切
161 次期予定 3月2週 凍
今夜は焼魚 からすかれいみりん漬
2切120g **328円(税込354円)**

賞90日

カナダ産

3切
162 次期予定 3月2週 凍
今夜は焼魚 からすかれいみりん漬
3切180g **458円(税込494円)**

賞90日

カナダ産



116 次期予定 3月2週 凍
しめさば
1枚100g **268円(税込289円)**

賞120日

国産



マイルドな酸味で食べやすい!



外はサクッ!中はフワッ!
食感が自慢です。



200 次期予定 3月2週 凍
秋蛙フライボリュームパック
10個280g **510円(税込550円)**

賞

北海道産



175 次期予定 3月2週 凍
お徳用 脂ののったさば一夜干
10個600g **660円(税込712円)**

賞120日

ノルウェー産



じゅわ~とあふれ出す
脂のりのよさ。



お刺し身やまぐろ丼、
カルパッチョなど食べ方いろいろ。



332円税別/100g
174 次期予定 3月2週 凍
お徳用まぐろ切り落とし
250g **830円(税込896円)**

賞30日

国産



重い物はクルコにおまかせ!

104 産直 翌週
クルコのエコ米 コシヒカリ
新穀標準 5kg **2,350円(税込2,538円)**

2017年産 品種:コシヒカリまたはコシヒカリBL



甘みがあり、もちもちとした食感が
特徴です。

462 産直 翌週 蔵
北海道産小麦で作ったうどん
180g×3 **108円(税込116円)**

賞14日

新潟めん処(新潟県)



魚のうまみとごぼうの食感や
風味が味わえます。

うどんに
トッピングで!
ごぼううどんにも。

472 次期予定 3月1週 蔵
シャキシャキごぼう天
4枚(120g) **228円(税込246円)**

賞20日

長崎蒲鉾(長崎県)



で楽チン



使いたいときに使える**冷凍肉**はストックしておくとお宝します。

煮物でほっこり。



調理例



432円税別/100g

254 次回予定 翌々週 凍

国産牛切りおとし

150g **648円(税込699円)**

賞90日 タケウチ 国産

使い勝手のよさが人気。



調理例



お徳用

170円税別/100g

230 産直 次回予定 3月2週 凍

生協ポークふれあいミックス(お徳用)

500g **848円(税込915円)**

賞120日 いそべ

毎日の献立に使いやすいモモ肉。



調理例



112円税別/100g

270 次回予定 翌週 凍

国産若鶏もも肉

400g **448円(税込483円)**

賞90日 タケウチ 国産

パラパラッと使えて便利!



調理例



チャックシール付き包材入り

100円税別/100g

288 産直 次回予定 翌週 凍

生協鶏ひき肉パラパラミンチ

400g **398円(税込429円)**

賞90日 コーブミート千葉



made in いがた

464 次回予定 3月1週 蔵

茶豆入りふんわり肉詰めいな煮

4個280g **348円(税込375円)**

賞30日 まさば(新潟県) GMO

ひと口食べるとジュワッとだしが口の中に広がります。



調理例



made in いがた

426 クルコ 次回予定 翌週 蔵

国産こつぶ納豆

42g×3(たれ付) **148円(税込159円)**

賞10日 大力納豆(新潟県)

食べやすく食べ飽きしない小粒タイプ。



盛りつけ例

大豆の甘さ、風味がしっかりと味わえます。



調理例



co-op deli KurūCo いがた100 きぬ

予約登録番号 毎週 263459 隔週 263467

407 次回予定 翌週 蔵

にいがたそだち きぬ

300g **118円(税込127円)**

賞お届け日含む5日 こなかわ(新潟県)



co-op deli KurūCo いがた100 もめん

予約登録番号 毎週 263475 隔週 263483

406 次回予定 翌週 蔵

にいがたそだち もめん

300g **118円(税込127円)**

賞お届け日含む5日 こなかわ(新潟県)



376 次回予定 3月2週 凍

えびしゅうまい(天然えび使用)

20個300g **370円(税込399円)**

賞 伊勢丸食品(愛媛県) GMO

天然えびの風味がふわっと広がります。



調理例

肉汁あふれるハンバーグに合う、赤ワイン仕上げのソース。



調理例



327 次回予定 3月2週 凍

オープン焼きハンバーグ(赤ワイン仕立てのデミグラス)

140g×3 **570円(税込615円)**

賞 卵乳麦 エム・シーシー食品(兵庫県) GMO

家計応援!真冬の買い物はクルコ

酸味の少ないなめらかなおいしさ。



盛りつけ例



640 次回予定 翌々週 蔵
小岩井生乳100%ヨーグルト
400g **175円(税込189円)**
乳 賞22日 小岩井乳業(埼玉県)

風味豊かな国産小麦を使用。



調理例

555 次回予定 未定 90円税別/1袋
角兵衛きしめん
200g×10 **894円(税込965円)**
麦 賞18ヵ月 新潟めん処(新潟県)



使いやすい薄切りタイプ。



調理例



644 次回予定 3月2週 蔵
うすぎり とろけるスライス
9枚117g **170円(税込183円)**
乳 賞7ヵ月 六甲バター(兵庫県)

無添加・無漂白なので安心していろいろな料理に使えます。



562 次回予定 未定
こくないさん薄力粉
1kg **168円(税込181円)**
麦 賞180日 丸栄製粉(新潟県)



たっぷり使える320gの大容量サイズ。



調理例



660 次回予定 3月1週 蔵
とろけるミックスチーズ
320g **478円(税込516円)**
乳 賞90日 ジェー・シー・シー(神奈川県)

うまみがギュッと詰まった切り干し大根を煮物やサラダにどうぞ。



調理例

ごま油の香ばしさとほどよい塩味が◎。



盛りつけ例

529 次回予定 未定
卓上パック味付韓国産のり(お徳用)
8個48枚×2 **528円(税込570円)**
賞180日 丸善海苔加工販売(千葉県)



海藻と野菜がバランスよく入った風味豊かなみそ汁の具です。



調理例

554 次回予定 未定
海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具
26g **348円(税込375円)**
賞180日 リアス(東京都)

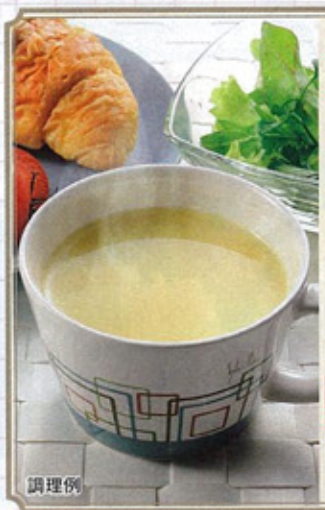


豆の風味が生きた懐かしい手づくりの味。



調理例

新登場
583 次回予定 未定
原材料は41ページをご覧ください。
とろ火炊き昆布豆セット
200g(40g×5個) **448円(税込483円)**
麦 賞90日 菊田商店(東京都)



調理例

4種類の味が楽しめます♪



527 次回予定 未定
ジェントリースープお試しセット
4種5品 **758円(税込818円)**
乳麦 賞18ヵ月 富士食品工業(静岡県)

- セット内容—
- ・コーンポタージュ(2箱)
…スイートコーンの甘さにコンソメを合わせたやさしい味わい。
 - ・オニオンスープ(1箱)
…オニオンとコンソメを合わせ、チーズをプラスしたコク深い味わい。
 - ・きのこのポタージュ(1箱)
…きのこのおいしさにコンソメ、バター、チーズを合わせた風味豊かな味わい。
 - ・クラムチャウダー(1箱)
…魚介のうまみにコンソメを合わせたクリーミーな味わい。

で楽チン



1歳未満の乳児には「はちみつ」を与えないでください。



完熟したコクのある
風味豊かなはちみつ。



味と香りのバランスがとれた
濃口醤油。



600 次回予定
3月2週
アルゼンチン産はちみつ
1kg **1,280円(税込1,382円)**
産24ヵ月 藤井養蜂場(福岡県)

479 次回予定
翌週
生協しょうゆ(本醸造)
1L **178円(税込192円)**
産18ヵ月 新潟県醤油協業組合(新潟県)



サクッと軽く揚げられます。



かける、あえる、焼くなど
使い方いろいろ。



506 次回予定
翌々週
こめ油
1500g **855円(税込923円)**
産12ヵ月 築野食品工業(和歌山県)

507 次回予定
3月2週
米油を使ったマヨネーズ
300g **208円(税込224円)**
産180日 丸和油脂(埼玉県)

からだが温まる、
甘~いホットドリンクです。



今季最終
705 次回予定
しょうが湯
18g×10袋 **228円(税込246円)**
産18ヵ月 今岡製菓(広島県)

家族みんなでゴクゴク飲める
すっきりとした飲みやすさです。



706 次回予定
未定
国産大豆の調製豆乳(ケース)
1000ml×6 **1,080円(税込1,166円)**
産120日 ふくれん(福岡県)

ふんわり、しっとり毎日の食卓にぴったり。



664 クルコ 次回予定
翌週
食パン(6枚切)
1斤・6枚 **110円(税込118円)**
産お届け日を含め3日 マルジャン(新潟県)

665 クルコ 次回予定
翌週
食パン(8枚切)
1斤・8枚 **110円(税込118円)**
産お届け日を含め3日 マルジャン(新潟県)

食べたいときに温めて
できたてあつあつをどうぞ。



缶に入った、個性豊かな
8種のナッツ。



724 次回予定
未定
ふんわり今川焼(北海道小豆の小倉あん)
5個(370g) **298円(税込321円)**
卵乳麦 キューレイ(福岡県)

777 次回予定
3月1週
おいしい8種のミックスナッツ
270g **895円(税込966円)**
東洋ナッツ食品(兵庫県)



信州味噌を使った
甘めのたれで
やわらかく仕上げました。

調理例

3月1週に「骨取りさばの味噌煮(1切増量)4切 240g」を企画予定。

810 CO-OP 次回予定 未定 凍 冷蔵

骨取りさばの味噌煮

1切60g **138円(税込149円)**

さばの腰骨、小骨をとり信州味噌を使った甘めのたれで柔らかく仕上げました。お試しパックです。

麦 ノルウェー産



大根おろしを使った
しょうゆベースのたれで
さっぱりと仕上げました。

調理例

2月4週に「骨取りさばのみぞれ煮180g(2切×3袋)」を企画予定。

811 CO-OP 次回予定 未定 凍 冷蔵

骨取りさばのみぞれ煮

60g(2切×1袋) **138円(税込149円)**

さばの腰骨、小骨をとり大根おろしを使ったたれでさっぱりと仕上げました。お試しパックです。

麦 ノルウェー産

食塩や油の摂取に
気を付けている方におすすめ!

3月3週に「美味しいツナ水煮 食塩不使用(フレーク)70g ×3缶」を企画予定。

新登場

812 次回予定 未定

美味しいツナ水煮 食塩不使用(フレーク)

70g **128円(税込138円)**

まぐろ水煮を食塩を使わず、国産乾燥野菜のスープのみで味付けし、サラダやサンドイッチにも最適です。

賞味期限 180日

伊藤食品(静岡県)

原材料/まぐろ、野菜エキス

調理例

本醸造醤油と
だしの醸し出す、
豊かな香りとコク。

2月4週に「金笛春夏秋冬のだしの素」を企画予定。

新登場

813 次回予定 未定

金笛春夏秋冬のだしの素

500ml **538円(税込581円)**

天然醸造仕込み醤油に、かつお節、昆布、しいたけのだしを加えた万能だしの素です。

賞味期限 12ヵ月

金笛醤油(埼玉県)

原材料/しょうゆ(本醸造)、砂糖、食塩、かつおぶし、酵母エキス、昆布、しいたけ、アルコール(原材料の一部に大豆、小麦を含む)

調理例

深煎りのごまをたっぷり使った、
ごまの香ばしい
風味が引き立つ
ドレッシング。

2月4週に「深煎り胡麻ドレッシング300ml」を企画予定。

814 CO-OP 次回予定 未定

深煎り胡麻ドレッシング

190ml **235円(税込253円)**

深煎りごまをたっぷり使い、ごまの香ばしい風味が引き立てるごまドレッシングです。

賞味期限 180日→8ヵ月

フンドーキン醤油(大分県)

調理例

うまみが多く香りのよい
生醤油を使用した
和風タイプの
ドレッシング。

3月2週に「野菜たっぷり和風ドレッシング 300ml」を企画予定。

815 CO-OP 次回予定 未定

野菜たっぷり和風ドレッシング

190ml **235円(税込253円)**

たっぷりの野菜と醤油の旨みとコクを出したおいしい和風ドレッシングです。

賞味期限 180日→8ヵ月

フンドーキン醤油(大分県)

調理例

濃厚な風味と驚きの甘み。
知らずにいたらもったいない。

3月2週に「濃いトマトジュース 食塩無添加(濃縮還元)190g×20」を企画予定。

47ページでケース規格もご案内しています。

816 CO-OP 次回予定 未定

濃いトマトジュース 食塩無添加(濃縮還元)

190g **65円(税込70円)**

完熟トマト約4個分を1缶(190g)にぎゅっと濃縮。糖度7度のとろりと濃厚な味わい。

賞味期限 36ヵ月

長野興業(長野県)

大麦若葉と6種の野菜を
粉末化した飲みやすい粉末青汁。

3月4週に「九州産 大麦若葉の粉末青汁(6種の野菜配合) 3g×30本」を企画予定。

817 CO-OP 次回予定 未定

九州産 大麦若葉の粉末青汁

3g×5本 **178円(税込192円)**

九州産の大麦若葉と6種類の野菜を微粉末化して、どなたでも飲みやすい粉末青汁に仕上げました。

賞味期限 24ヵ月

東洋新薬(佐賀県)

黒糖を隠し味にしたまるやかな
しょうゆベースで味付け。

3月2週に「味付けうずらのたまご5個入×5P」を企画予定。

818 CO-OP 次回予定 未定

味付けうずらのたまご

5個 **100円(税込108円)**

国産のうずらのたまごを醤油ベースで味付けしました。おつまみやおやつに。

賞味期限 120日

山和食品(山梨県)