

Kinan Premium JA紀南 管内集荷場より

旬の食材 『紀州うすい』 は簡単で便利!!

和歌山産 うすいえんどう (100g当り) **158円**

後のおせ! 『紀州うすいご飯』の作り方

- ①米は炊く30分前に洗い、炊飯器で炊く。むぎ豆は、水洗いし水気をきっておきます。②鍋でAを沸騰させ、紀州うすいを5〜6分煮る。③鍋から紀州うすいを取り出し、炊き上がったご飯にやさしく混ぜ合わせる。お好みに合わせてBをご飯にかけてもOK!

材料 (2〜3人分)

- ◎米 2カップ
- ◎紀州うすい(うすいえんどう)..... 250gくらい(むぎ実100g)
- A ◎ヤマキ割烹だし 20ml
- ◎水 カップ1と1/2(300ml)

※写真はイメージです。

白だし **178円**

JA紀南各店直売所・直販所では農産物、加工品を出品して頂ける生産者を募集しています。詳しくは下記店舗(担当:店長)まで、お気軽にお問い合わせ下さい。

ふれあい市 上富田町朝来1375-1 お問合せ:47-1070 Aコープ紀南APIA	あぜみち 白浜町栄691 お問合せ:45-2780 Aコープ紀南あぜみち	ことういち 中辺路町栗栖川358-2 お問合せ:64-1369 熊野古道なかへち	なんたん市 串本町串本1551-1 お問合せ:0735-69-2222 Aコープ紀南VASEO
--	--	--	---

※出品については各直売所・直販所の利用規約に賛同頂ける方に限ります。あらかじめ、ご確認ください。

確井さんこの紀州田辺地玉

こんにやく芋は、100%田辺産やでー!

こんにやくのやつがやまました。

おすすめやでっ!

平常価格178円の品 **2割引で142円** (1玉)

春のサーモン祭り

3/28日▶29日 2日間限定

※写真はイメージです。

- カナダ産地 アトランティックサーモン お刺身用短冊(養殖) (100g当り) **398円**
- カナダ産地 サイモンお造り(6カン) **398円**
- カナダ産地 サイモンたつぷり握り寿司(10カン) **980円**
- カナダ産地 サイモン握り寿司 **398円**
- カナダ産地 炙りサーモン握り寿司 **398円**

ご家庭で かんたん中華

ハイチンサリョウ 聘珍茶寮

干焼蝦仁 (110g・3〜4人分) 300円	麻婆豆腐 (110g・3〜4人分) 300円
干焼蝦仁(エビチリソース) (110g・3〜4人分) 300円	麻婆豆腐(マーボー豆腐) (110g・3〜4人分) 300円
麻婆茄子 (110g・3〜4人分) 300円	古老肉(スプタ) (110g・3〜4人分) 300円
貴州肉絲 (110g・3〜4人分) 300円	回鍋肉 (110g・3〜4人分) 300円
青椒肉絲 (チンジャオロース) (110g・3〜4人分) 300円	回鍋肉(ホイコーロ) (110g・3〜4人分) 300円

A-coop kumicaカード・Aコープカード 会員様限定

紀南 リラックマ

ゆるくてかわいい女性に人気のキャラクター

落合務シェフのステンレス包丁

落合務シェフこだわりのプロ仕様

シールを集めて、お得にご購入!

- シール進呈期間 2020年 3/27(金)~6/7(日)
- 商品購入・ポイント交換期限 4/3(金)~6/14(日)

さらに! キャンペーン期間中「kumica」会員様特典として

- 特典その1 新規ご加入で **1000ポイントのクーポン券プレゼント!**
- 特典その2 シールを集めて **最大100ポイントプレゼント!**

※クミカ新規加入について免許証等の身分証明書をご持参下さい。101,000円以上の出費が必要となります。

ご利用方法

期間中、お買い上げ1,000円(税込)ごとにシールを1枚発行致します。シールが3枚・5枚・10枚集まりますと、キャンペーン商品の中から好きな商品1点を特別価格にてご購入いただけます。

ご予約承ります Aコープ特製 お惣菜

- お魚屋さんの握り寿司 (5人前) 4,000円
- お魚屋さんの握り寿司 (3人前) 2,580円
- お惣菜屋さんの寿司 (4人前) 2,500円
- 電田揚げ、出し巻き中華クラゲ、枝豆焼鳥、エビフライ串カツ、エビチリ肉団子、焼豚、タコから揚げ
- オードブル (4人前) 3,000円

3/26 (木) 限り

- 国内産 黒毛和牛バラ薄切り (100g当り) **780円**
- 国内産 豚肉肩ロース切り落とし (100g当り) **178円**
- 国内産 豚肉細切れ (100g当り) **98円**
- 国内産 若鶏もも肉切身 (100g当り) **108円**
- 国内産 若鶏手羽元(解凍) (100g当り) **58円**
- 和歌山産地 ほうれん草 (1束) **98円**
- 和歌山産地 キヤベツ (1玉) **158円**
- フィリピン産 バナナ(1箱) **98円**

チリ産 塩銀サケ切身(養殖)(5切) 500円
アイスランド産 赤魚切身(5切) 500円
カナダ産 カラスカレイ切身(5切) 500円
アルゼンチン産 赤エビ(生食用) (解凍) (10尾) 500円

お1人様 2本限り

- Spooner 上白糖 (1kg) **130円**
- ポスコ エキストラバージン オリーブオイル (456g) **598円**
- うどんスープ (6食入) **98円**
- ヒガシマル うどんスープ (6食入) **98円**
- キャンーラ油 (1,000g) **168円**
- どんかつソース (各500ml) **98円**

ブルガリア ヨーグルトL881 **138円**

日清焼そば **118円**

山崎製パン 菓子パン **78円**

ヤマギキスケット エントリー ランドジャ (各1箱) **188円**

ヤマギキ 菓子パン **198円**

黒毛和牛メンチカツ (1箱) **280円**

海老押し寿司 (1パック) **480円**

たっぷり野菜の豚丼 (1パック) **398円**

淡麗・淡麗グリーン (各350ml・24缶) **2,780円**

ポイント基準の変更についてお知らせ

いつも A コープ紀南をご利用いただき、誠にありがとうございます。令和2年4月1日より、クミカ及び A コープカードのポイント基準を下記の通り変更させていただきます。

変更後

200円(税抜)のご利用で **1ポイント**

4月は毎日 **ポイント2倍**

※その他のポイントアップ企画がある場合はそちらを優先して反映いたします。

A-coop 食鮮館 GOOD TASTE 新鮮な食材と豊かな味わい

広告の売り出し期間 3月26日▶3月29日

店舗の営業時間のご案内

COOK GARDEN 田辺市下万呂573 ☎0739(81)-1147

営業時間 9:00分▶8:00分

デリシス いなり 田辺市福成町新江原3197 ☎0739(24)-9200

営業時間 9:00分▶8:00分

APIA 上富田町朝来1375-1 ☎0739(47)-1070

営業時間 9:00分▶8:00分

あぜみち 白浜町栄691 ☎0739(45)-2780

営業時間 9:00分▶7:00分

VASEO 串本町串本1551-1 ☎0735(69)-2222

営業時間 9:00分▶8:00分

お知らせ

表示価格の変更について Aコープの表示価格は税抜(本体)価格です。

(一部商品は除きます。)

レシ計算時に消費税を加算させていただきます。

※対象は上記掲載の店舗です。

プレミアム付商品券 当店で使えます

※ささみ・串本地区のプレミアム付商品券の使用期限は終了致しました

※店舗所在地自治体発行のものに限ります。詳しくは係員まで