

福重市場 通信

今月の
オススメ!

ナス 秋ナス

ナスといえは本来は夏野菜として知られていますが、9月から10月にかけて収穫される秋ナスは皮が薄く、身が締まって柔らかく、とても美味しいものが多いとされています。

ナスの皮の紫色にはナスニンというポリフェノールの(抗酸化作用のある)一種が含まれています。特にキズついたナスには、より一層ポリフェノールが多く含まれております。

また、このナスニンは水溶性なので調理をする際、油で皮を覆ってから調理すると効果的に取することができます。

煮物をするときでも一旦素揚げをしてから煮物にするとよいですよ。



お米の日 毎週木曜日

店頭精米に限り
5kgにつき **100円引き**
3kgにつき **50円引き**

毎週木曜
は
お米がお得!



おしらせ

9/17(土)~9/25(日)

お彼岸市 未火の

9/17(土) てんぷら屋 (立石かまぼこ)

9/10(土) 勝山
ジェラート
販売

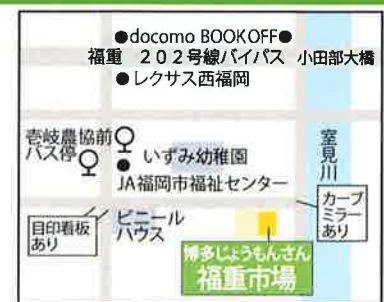
店長のひとこと

日頃よりたくさんのお客様に福重市場にご来店頂きありがとうございます。

季節は秋になっていきますが、まだまだ暑い日が続きますね。

福重市場では、9月は栗や柿、なし、ぶどうがたくさん並べられますよ。月末には新米も出てくると思います。

少しずつではありますが秋の訪れを感じながらお買物を楽しんでいただければと思います。皆さまのご来店をお待ちしております。(奈良崎)



福重市場

福岡市西区福重1-16-6

☎092-884-3344

🕒10:00~18:00

🗓️ 全日営業 (お盆・正月を除く)

LINE

ご登録お待ちしております!



編集
後記

皆さんは秋の味覚と聞いて何を思い浮かべますか?
私はやはりサツマイモ! ホクホクで美味しいですよね♪
(松島)