

エシカル市場

いちば

10月1回(D週)

ご注文は注文書の6桁番号欄に注文Noをご記入ください

2025年10月1回 お届けカレンダー

	月	火	水	木	金
注文用紙提出	22	23	24	25	26
翌週お届け	29	30	1	2	3
翌々週お届け	6	7	8	9	10

Instagram

バルシステム
山梨 長野
公式



ばるはび



【お問合せ先】

バルシステム問合せセンター 0120-868-014

受付時間: 月～金曜 午前9時～午後8時

土曜 午前9時～午後5時

エシカル市場って?

バルシステム山梨 長野の独自商品カタログ。こだわりの農産物と加工品、フェアトレードを中心にご案内しています。商品を使ったレシピなどInstagramに掲載していますので、ぜひご覧ください!

割引券が当たる
くじ引き
にチャレンジ

フェアトレードショップばるはび

10月はフェアトレード月間

10.1(水)～10.31(金)

住所: 中央市若宮29-1 ジョイフルプラザ1-E 電話: 055-274-7766

このチラシの
右下にある
くじ引き券を
持ってお店に
GO～!!

今週のばるはびWEBはこちら

エシカル市場にて掲載しきれないばるはびの商品をWEBにてご案内しています。ぜひご覧ください!



フェアトレードショップ
コーナー

ばるはび

フェアトレードとは、経済的に貧しい国の中でも特に立場の弱い人々に仕事の機会を作り出し、公正な対価を支払うことで、彼ら・彼女らが、自立できるように支援するしくみです。

翌々週お届け

スパイスから手軽に作れる本格カレー。
大きめ野菜で食べ応えあり、
旨みを吸い込んだエリンギも絶品です!

カレーの壺で「秋カレー」

カレーというと夏のイメージがあるかもしれませんが、秋の食材であるきのこやかぼちゃ、秋鮭などの秋の味覚とも相性は抜群です。旬を迎える秋の食材とカレーの壺を使って簡単秋カレーを作ってみましょう!



本格スリランカカレーの
スパイスセット

108065 スリカレー 34g
489円(税込528円)

【店頭価格 税込562円】

11種類のスパイスとハーブを必要な分量で
パッケージしました。これ1パックで本格的
なスパイスカレー作りが始められます。

436kcal/100g

秋なすとエリンギの
ココナッツカレー

材料】スリカレー.....1袋
鶏ひき肉.....200g
にんにく.....1片
しょうが.....1片
トマト.....中2個
なす.....1本
エリンギ.....1本
ピーマン.....2個
ココナッツミルク.....200ml
塩.....80ml
油.....小さじ1.5～2

作り方】

- ①「A アロマティックスパイス」中のカルダモン(うす緑色の実)が油の中ではじけないよう、切り込みを入れる。
- ②にんにく、しょうがはみじん切り、トマトはざく切り、なす、エリンギ、ピーマンは一口大の乱切りにする。
- ③小鍋に油を入れて熱し、「A アロマティックスパイス」を入れて弱火で炒め、香りを出す。続いて「B カレーハーブ」を入れる。香りが出たら、スパイスをよけながら油だけ別の鍋に移す。
- ④油を移した鍋を熱し、にんにく、しょうがを入れて香りが出るまで炒める。鶏ひき肉を加え炒める。
- ⑤鶏ひき肉の色が変わってきたらトマト・なす・エリンギ・ピーマンを加えざっと炒める。
- ⑥「C カレーパウダー」「D ターメリック」を加え、弱火で具と粉が良くなじむまで炒める。
- ⑦ココナッツミルクを加え、沸騰したらふたをして弱火で5～6分煮る。焦け付かないように時々混ぜる。
- ⑧塩を入れて味を調える。「E とうがらし」はお好みの量を入れる。



4人分

スパイスの王様

レンジで簡単! スパイスミルクティー

108031

マリオさんの
ココナッツミルク

200ml 360円(税込389円)

スリランカカレーには欠かせないココナッツ
ミルク。カレーの壺ペーストと一緒にどうぞ!

165kcal/100g

漂白剤
酸化防止剤
不使用



SALE!

108057 マリオさんのペッパー
(黒ホール)

20g 376円(税込406円)

【店頭価格 税込432円】

太陽をたっぷり浴びて育った、スッと鼻に抜けるような
香り、ピリッとした爽やかで野性的な辛みが特徴!

73kcal/100g



108073 チャイパック 3g×12包
460円(税込497円)

紅茶とスパイスが1人分のティーパックになった、便利
なチャイパック。ティーパック1袋で1杯分のチャイが
作れるので、飲みたい時にいつでも簡単に本格チャイ
が楽しめます。秋から冬にかけて人気の商品です。

フェアトレード オクトーバー

10月1日(水)～10月31日(金)

① 期間中

ポイント2倍

※お買い物にフェアトレード商品を
1点以上含む

② 3,000円以上(税込)

のお買い物で、フェア

トレード商品プレゼント

※お買い物にフェアトレード商品を
1点以上含む

③ 割引券が必ず当たる

抽選会開催

6%、8%、10%

※当日から使用可能

フェアトレードショップばるはび

住所: 中央市若宮29-1 ジョイフルプラザ1-E

営業時間: 12:30～18:00 定休日: 日曜日

～くじ引き引換券～

組合員番号

お名前

※ばるはび店舗レジへお持ちください。

※くじ引き期間は、10/1～10/31

※期間外の引き換えはできません。

山梨県北杜市の梶原農場

翌週お届け

野菜の生育に最も適した季節に、じっくり育つのが美味しさの理由です

梶原農場は山梨県北杜市の八ヶ岳の麓で自然のサイクルに合わせ、化学合成農薬に頼らずに露地で栽培しています。「野菜の味がしっかりしている♪」「子供が美味しい!と食べてくれる♪」など嬉しいお声を頂いています!

107000 お試しミニセット野菜

3品 500円(税込540円)

梶原農場で収穫される旬のお野菜を3品セットにしてお届けします! 季節の味を召し上がってみて下さい!!



山梨県山梨市のアサヤ食品

翌々週お届け

107051 熟成ワインビネガー・白

150ml 578円(税込624円)
19kcal/100ml

107069 熟成ワインビネガー・赤

150ml 578円(税込624円)
18kcal/100ml

厳選した10数種類の山梨県産ぶどう100%で造り、5年以上じっくり熟成させました。ツンとこないまろやかな酸味です。

107077 ぶどう酢・白(ワインビネガー)

300ml 578円(税込624円)
19kcal/100ml

107085 ぶどう酢・赤(ワインビネガー)

300ml 578円(税込624円)
18kcal/100ml

山梨県産ぶどうを厳選、醸造し数年熟成させたワインビネガー。

107093 スウィートビネガー 桃

150ml 1,292円(税込1,395円)

完熟桃の甘さと熟成ワインビネガーの酸味が山梨でしか作れないおいしさを生み出しました。
153kcal/100ml

107042 GMO 不分別 ピクルス

330ml 817円(税込882円)

野菜を切って、漬けるだけ! 最短30分で爽やかなピクルスが作れます。
18kcal 0.3g/100ml



山梨県北杜市の横内製麺

翌週お届け

107107 GMO 不分別 こだわり地粉ほうとう

300g 296円(税込320円)

山梨県産小麦粉を使い、八ヶ岳南麓湧水群の一つ「女取湧水」の水で練り上げました。

小麦(麦・卵・そ) 811kcal 2.1g/1袋 90日



暑い日には冷やして!

107123 GMO 不分別 もっちもちもち麦うどん

300g 384円(税込415円)

麺は国産小麦100%に、国産の黒紫色「姫もち麦」を使用した珍しいうどんです。モチモチとした歯ごたえは、やみつきになる食感です。温かいうどんでも、冷たいうどんでも美味しく召し上がれます。

小麦(麦・卵・そ) 266kcal 1.4g/100g 90日

大豆畑トラスト運動から生まれたお醤油

翌週お届け

山梨県北杜市産大豆を使用

山梨県北杜市産の大豆を使用。韮崎市にある井筒屋醤油で1年半じっくり仕込んだ、本醸造醤油です。塩分濃度約17%。

108251 GMO 不分別 豆トラ醤油 900ml

780円(税込842円)

108260 GMO 不分別 箱入り豆トラ醤油

900ml×6本入
4,200円(税込4,536円)

大豆(麦・そ) 70kcal 16.5g/100ml



山梨県甲府市のあんこ屋野中

翌々週お届け

原料である小豆の美味しさを味わって欲しい、という想いで、あんこ職人が長年の経験を生かし、小豆の生育状態にあわせて炊き方を微妙に変えて、シンプルな素材を昔ながらの製法で丁寧に作り続けています。原料の小豆とビートグラニュー糖は全て北海道産を使用。

107182 GMO 不分別 あん粒 300g 540円(税込583円)

275kcal 0.5g/100g 60日

107191 GMO 不分別 あんこし 300g 564円(税込609円)

253kcal 0.4g/100g 60日

おはぎづくりに最適!! 小豆の風味や色(紫色)にこだわった、おはぎやおまんじゅう用の固さに仕上げたあんです。



今季初 107204 GMO 不分別 しるこあん粒 300g 540円(税込583円)

346kcal/100g 60日

今季初 107212 GMO 不分別 しるこあんこし 300g 564円(税込609円)

271kcal/100g 60日

しるこあんを水と1:1で鍋に入れ、ひと煮立ちしたら「おしるこ」のできあがり。お好みでお餅や白玉などを入れてお召し上がりください。

今季初 107221 GMO 不分別 ぜんざい豆 バラ 120g 280円(税込302円)

小豆とビートグラニュー糖のみで作りました。皮まで柔らかく炊きあげた小豆の食感が絶妙です。

今季初 107239 GMO 不分別 ぜんざい豆 120g×3

790円(税込853円)

お徳な3個セットです。
203kcal 0.04g/100g 120日

豆の炊き具合にこだわりました。口いっぱいにあずきの香りが広がります。



山梨県笛吹市一宮町の矢作洋酒

翌々週お届け

笛吹市一宮町で、ぶどう栽培からワイン造りまで一貫して行っています。ワインの原料となるぶどう農園では、除草剤や化学肥料に頼らず安全な土造りに励んでいます。酸化防止剤無添加。アルコール度数12.5%。

107018 甲斐国一宮 無添加ワイン(赤)

720ml 1,590円(税込1,749円)

特別価格 107026 甲斐国一宮 無添加ワイン(白)

720ml 1,490円(税込1,639円)

107034 甲斐国一宮 無添加ワイン(ロゼ)

720ml 1,590円(税込1,749円)

※酒類の20歳未満者への販売はしていません。20歳未満者の飲酒は法律で禁じられています。
※酒販販売管理については、インターネットで公開しています。



山梨県甲府市の五味醤油

翌週お届け

明治元年よりみそ・醤油の製造を始め、約150年にわたって醸造業を営んでいます。「こうじ」はすべて手作り。昔ながらの製法で、丁寧に造っています。

107131 GMO 不分別 甲州味噌 1kg

832円(税込899円)

米こうじと麦こうじを合わせて発酵させた山梨の地みそ「甲州みそ」。

大豆 185kcal 12g/100g 180日

107140 米こうじ 1kg

1,290円(税込1,393円)

五味醤油の「米こうじ」は旨味をつくりだす、プロテアーゼはもちろん、甘みをつくりだすアミラーゼも豊富に含まれます。甘酒にすると、特徴である旨みと甘みを実感できます。
大豆 286kcal/100g 25日



107158 塩こうじ 140g

475円(税込513円)



どんな料理にも使える万能調味料。素材そのものの持ち味を引き出します。塩の代わりに使うだけで旨味がグッと増します。
大豆 155kcal 10.2g/100g

107166 GMO 不分別 味噌きなこ

かりんとう

120g 325円(税込351円)

味噌の味を活かして仕上げた、素朴な味のかりんとう。生地に甲州やまごみそを練り込み、きなこで仕上げました。
大豆(麦・そ)・(落)・(卵)・(乳) 450kcal 0.8g/100g 90日



107174 GMO 不分別 ひしお麴 500g

1,200円(税込1,296円)

大豆、米、麦に麴をブレンドした麴は、お手持ちの醤油と合わせるだけでかんたん自家製ひしおをつくりだすことができます。
大豆 283kcal/100g 25日

