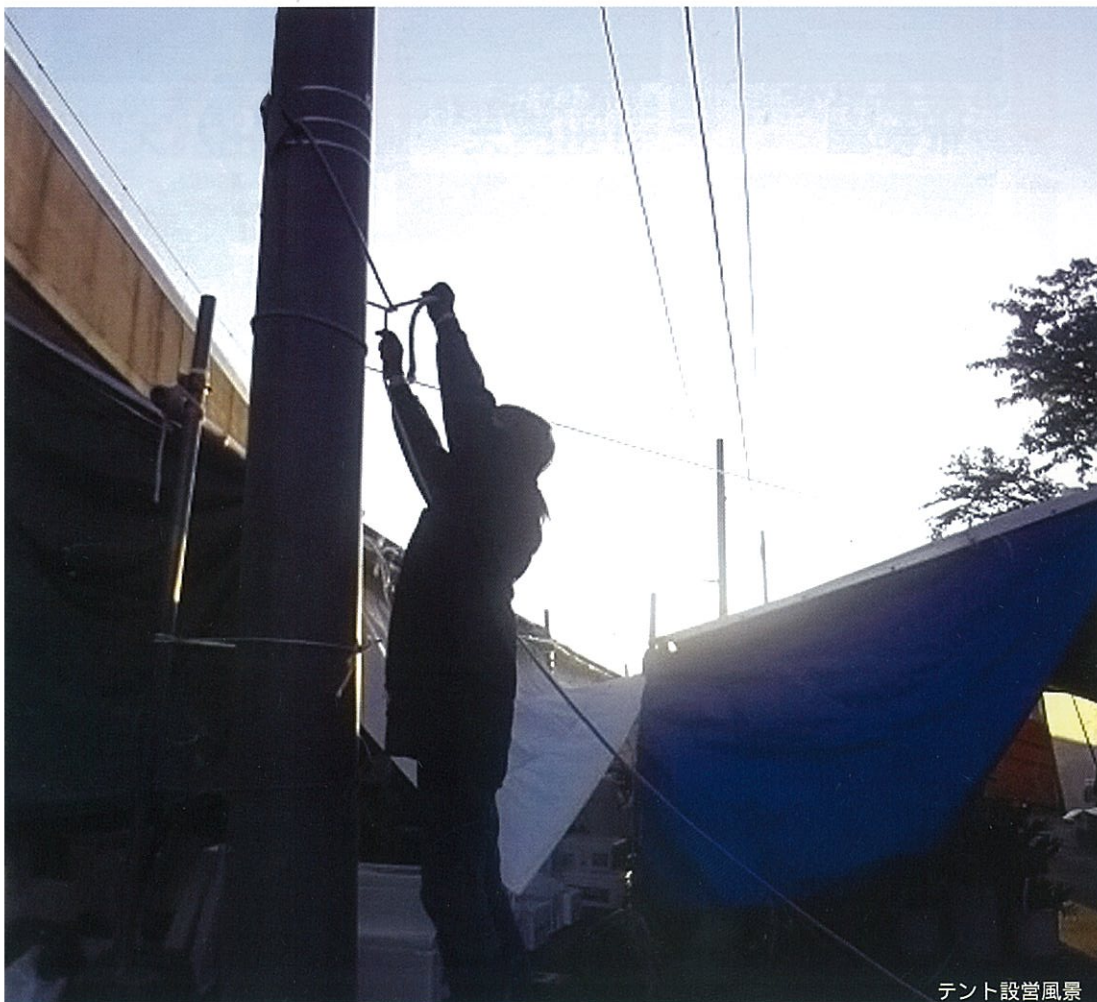


NI-SHICHI GO-TO



越後三条定期市情報誌 2013 冬号



テント設営風景

定期市 × 老舗料理店

出店者の一日 松下農園 松下助作
井六鮮魚 井村征男

歳末市開催

三条市の定期市

三条市の定期市は昔から市民の生活に根付いている歴史ある市です。その歴史はとても古く、開設年代は明確ではありませんが1382年（永徳12）の『米良文書』にある、三条七日市場の記述が最も古い記録です。2と7のつく日に開催される市は「二・七（にしち）の市」5と0のつく日に開催される市は「五・十（ごとう）の市」と呼ばれて親しまれています。

新鮮な地場野菜や魚などはもちろん、様々な商品を販売しています。

農家の野菜・果物



農家出店だからできる!! 旬の採れたて新鮮野菜・果物がズラリと並びます。

八百屋



彩りもあざやか!! 市場や農家からの仕入れた新鮮野菜や果物を買うことができます。

豆腐屋



豆腐以外にも揚げ、厚揚げも売ってますよ!! おすすめは木綿豆腐です。

魚屋



朝、新鮮な魚を仕入れて販売しています。魚のプロが調理法も丁寧に教えます!

塩干物屋



市でしか手に入らない鮓、白ごはんにピッタリのすじこ、たらこなど、インターネットでの販売をしている人気店も出店中。HP <http://tarakoya.jp>

漬物屋



野菜のつけもの、味噌、佃煮、素材にもこだわった手作りの品。

卵屋



売り切れ必至!! すぐに売り切れてしまうので朝早く行くのがおすすめです! (二・七の市に不定期で出店)

お菓子屋



昔ながらのおせんべいなど、お茶うけにぴったりのお菓子が勢ぞろい!! お買い得割れせんもオススメ。

焼き菓子・和菓子屋



クッキー、おまんじゅうなど、おいしい焼き菓子や和菓子を販売しています。

花屋



色とりどりの花がたくさん!! 種類も豊富! 組み合わせアドバイスもOK!

衣類屋



生活に欠かせない衣類も販売。

履物屋



季節にあった履物を販売。

年末、お正月用のお買い物は

定期市で何でも揃います。

1年で最も混みあう3日間!! 売り切れ続出!! お早めに!!

12/27(金)
7:00~

中央市場

歳末
大売出し

12/30(月)
7:00~

四日町市場

歳の市
大売出し

12/31(火)
7:00~

中央市場

今年最後の
臨時市

※1月2日はお休みです。



お正月の

オススメ商品

魚・塩干物

新巻鮭（塩引）、数の子、いくら
たらこ、すじこ、明太子（贈答用もあります）
打ち豆、ほたて貝柱
松前いか、かまぼこ、だて巻

花

千両、南天、松、スイセン



(千両)

野菜・果物

里芋、銀杏、大根、人参
みかん、りんご、ル・レクチェ
ゆり根、里芋、れんこん



のっぺに!



定期市カレンダー

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※毎月同日開催。
8月13日に盆花市、
12月31日に歳末市を開催します。
※1月2日はお休みです。

... 二・七の市
(2と7のつく日)
... 五・十の市
(5と0のつく日)

市場のおすすめカレンダー

1月

地場野菜

冬ねぎ・白菜・みかん・寒真ダラ・真ダラ白子・カキ

2月

大根・デコボン・ヤリイカ・新物タラコ・イワシ

大根・キャベツ・ネギ

旬の花

雪柳、フリージア、チューリップ、スイートピー
※大きく、小菊は通年ものです

桃、アネモネ、フリージア、マーガレット、スイートピー、アイリス、ランタナキリ

3月

うど・ふぎ・春キャベツ・マンゴー・キウイ・はまぐり

大根・フキノトウ

桜、麦、コアニー、リュウココリーネ、コデマリ、ラクスパー、金魚草

4月

たけのこ・菜の花・いちご・グレープフルーツ・サクラマス

カブ・冬菜

バラ、ハンダーソニア、コアニー、アスチルベ

味の決め手は新鮮な野菜！
旬の美味しさを最大限に引き出した懐かしい味わい。

プロの技で
ワンランク上の
おひたしに

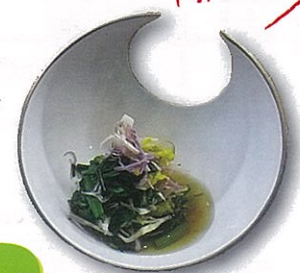
おひたし

＜材料＞

春菊
アスパラ菜
食用菊（かきのもと、黄菊）
（野菜はお好みでOK）

＜作り方＞

- ① だし、みりん、しょうゆを5：1：1で合わせて鍋に入れ、ひと煮立ちさせて冷ましておく。
- ② 野菜をさっと茹でる（オススメはアスパラ菜。市で販売しています（10月～12月））
- ③ 素早く氷水で色止めする。
- ④ しぼってひとくち大に切る。
- ⑤ 生しょうゆで洗う。
- ⑥ ⑤をしぼって①に浸す。
- ⑦ できあがり！



プロの技

市で仕入れた
いちぢく



いちぢくのコンポート

＜材料＞

いちぢく
赤ワインと水
（1：1でひたひたになるくらいの分量）
砂糖（いちぢくの重さの30パーセントの量）
レモンスライス 2～3枚
シナモン 少々

＜作り方＞

- ① いちぢくの皮をむく。
- ② 鍋にいちぢくをいれ、ひたひたになるまで赤ワインと水を入れる。（赤ワインと水1：1）
- ③ 砂糖、レモンスライス、シナモンも入れてやわらかくなるまで煮る。
- ④ 冷ましてから冷蔵庫に入れ、冷たくして食べる。



天ぷらの
コツ

厚手で、底が平らな鍋を使用する。
衣は冷たい水、卵黄、よく振った小麦粉を使用すること！
混ぜすぎ厳禁！
具を入れたら火力は全開に！
温度が上がったら火力を弱めるのは厳禁！
入れる具材で温度の調節を！
↑れんこん、さつまいもが適任



市の野菜の
天ぷら

定期市 × 老舗料理店

定期市の買い物客は主婦層が圧倒的に多いですが、新鮮な食材を求めて市内の料理店も買い付けに訪れています。

プロが仕入れる市の食材

定期市の魅力とは…

市に行くと新鮮な地場の野菜や魚が揃っていて、何が旬なのかがすぐわかること、その時期に一番美味しいものが並んでいるということがすごいいいところですね。その中でも地元農家出店の採れたての野菜はお店の料理にもよく使います。デザートに市の果物を出したりもしています。お客さんにもとても好評ですよ。地元の人たちが触れ合ったり世間話をしたりする交流の場としても昔から定着していますね。



みや嶋 店主 宮嶋 正行 さん



かわ波 店主 関本 慎一 さん

市に行くと、旬のものが必ずある。そして、旬のものだからこそ、美味しくて鮮度がいいものが揃っている。それは市ならではの魅力ですね。また、生産農家のお母さんと話していると、私たちの知らない新しい品種の野菜や果物の情報を入手することも出来るんです。市に行くと色々教えてもらえるんですよ！

土肥豆腐店の豆腐を使って

豆腐の香り揚げ

＜材料＞

木綿豆腐 1丁
塩たらこ 1/2腹
三つ葉 1把
大葉 のり

＜作り方＞

- ① 豆腐はよく水切りしておく
- ② 塩たらこはほぐし、三つ葉は細かく刻む。
- ③ 水切りした豆腐を裏ごし、②と混ぜる。
- ④ 大葉、のりに③を巻いて、てんぷら衣をつけて揚げる。
- ⑤ 盛り付けて完成！



市で仕入れた
木綿豆腐とタラコ



三條 かわ波

三條市横町 1-4-37
電話 0256-32-4090
営業時間 11:00～14:00
17:00～22:00 (L.O.)
休 不定休
P 有



市場のおすすぬカレンダー

9月

地場野菜

旬の花

なす・かぼちゃ・くり・いちぢく・秋鮭・サンマ
キャベツ・ほうれん草・大根・しょうが・日本梨（豊水・あきづき・南水）・ぶどう（巨峰）
リンドウ、トルコキキョウ、ドウダンツツジ

10月



里芋・長芋・柿・りんご・サバ・鮭の子
キャベツ・白菜・大根・日本梨（新高）・ぶどう（巨峰）
ピンクッション、フウセントウワタ、バラ、アカツル、ダリア

11月



さつま芋・蓮根・みかん・りんご・メジマクロ（本マクロの子）・カキ
里芋・ごぼう・長芋・日本梨（新興）・西洋梨（ル・レクチェ）
ニシキギ、ダリア、ピンポンマム

12月



ほうれん草・ゆり根・みかん・りんご・塩鮭・タコ・ブリ・タラ
レンコン・日本梨（新興）・西洋梨（ル・レクチェ）
バラ、ハボタン、ストック、コチア、ヒベリカム、赤系の花（ガーベラ、バラ、カーネーション）

いち市へのアクセスマップ



P : 駐車場有ります



今年 8 月から創刊したこの情報誌だが、第 2 号以降も出し続けるためには相応の情熱と相当の覚悟が要る。でも大丈夫。私たちにはアイディアがある。才能を持った人材も揃っている。形にするパワーもある。さて、今回の仕上がりはいかが？



「もっと知って頂きたい！」ここからスタートした情報誌づくり。古くから市民に愛され、生活の一部として根付いて来た「六斎市」近年小売業は、インターネット販売や欧米型スーパーマーケットが主流になる中で、昔ながらの変わらぬお客様と「一人ひとりとのかやり取り」を大切にし販売をしている。まさに現代に残る最後のアナログ販売といっても過言ではない。軽薄化する現代社会に残る大切な生活のソールである。この古き良き露店販売を守っていききたい。我々「親和会」もお客様の為に「変わらない為に変わり続けなければならない」時が来ている...
(できの悪い塩干物屋の 3 代目... 敬白)

編集者のひとこと



この度、市場の情報誌を発刊するにあたりまして、原稿を依頼した方々には大変快くお引き受けいただき、又、写真やその他につきましても、たくさんの方々に御協力頂きましたこと、心より有り難く感謝申し上げます。
今回 2 回目の情報誌には、市場の出店している人たちの仕事の内容や、1 日の行動、又、市場で売っている食材を使ってお店で調理をして提供している老舗料理店なども紹介しています。
これから、大勢の方々が、市場に足を運んでいただける様、切に願っております。



第一弾に、子ども連れで市に行くとお得！と掲載しましたが、本当に取材中何度もお子さんがおまけをもらっているのを目撃しましたよ！第二弾も遂に完成しました。取材や撮影に協力していただいた皆様ありがとうございますございました。



その日のおススメ情報を発信しています
三条市場親和会 facebook ページ→



二・七の市 × 三条マルシェの情報を更新しています
三条市 HP <http://www.city.sanjo.niigata.jp/chikiikeiei/page00135.html>

問い合わせ先 三条市経済部地域経営課 TEL 0256-34-5511

三条市場親和会

三条最奇農村生産物出荷組合

三条市