

- 朴葉(ほおば・春)
- 鯁(かじか・春)
- 萘(にら・春)
- 玉葱(たまねぎ・春)
- 山葵(わさび・夏)
- 梅(うめ・夏)
- ハーブ(夏)
- 西瓜(すいか・夏)
- キハダ(秋)
- 信濃青豆(しなのあおまめ・秋)
- 長芋(ながいも・秋)
- 稲核菜(いねこきな・秋)
- 松茸(まつたけ・秋)
- 蕎麦(そば・秋)
- 西条白菜(にしじょうはくさい・秋)
- 宮重大根(みやしげだいこん・秋)
- 黒豆(くろまめ・秋)
- 黍(きび・秋)
- 粟(あわ・秋)
- 虹鱒(にじます・秋)
- 蕪菜(かぶな・冬)
- 細島蕪(ほそじまかぶ・冬)
- 寒干し大根(かんばしだいこん・冬)



稲こき菜

中信

- 杏(あんず・春)
- 鮎(あゆ・春)
- アスパラガス(春)
- 蕨(わらび・春)
- 屈(こごみ・春)
- 薇(ぜんまい・春)
- 根曲がり竹(ねまがりたけ・春)
- 天草(てんぐさ・夏)
- 小布施茄子(おぶせなす・夏)
- ズッキーニ(夏)
- ルバーブ(夏)
- 信濃雪鱒(しなのゆきます・夏)
- 鮠(はや・夏)
- 牛肉(ぎゅうにく・夏)
- 羊肉(ようにく/サフォーク・夏)

- 鯛(さなぎ・夏)
- 栗(くり・秋)
- 真菰竹(まこもたけ・秋)
- 野沢菜(のざわな・秋)
- 林檎(りんご・秋)
- 栃の実(とちのみ・秋)
- 零余子(むかご・秋)
- 通草(あけび・秋)
- ヤーコン(秋)
- 茸(きのこ・秋)
- 白菜(はくさい・秋)
- 蝗(いなご・秋)
- 蓮根(れんこん・冬)
- 鼠大根(ねずみだいこん・冬)



あんず

北信



ワカサギ

南信

- 桜(さくら・春)
- 蓬(よもぎ・春)
- 茶(ちゃ・夏)
- 粉豆腐(こなとうふ・夏)
- 二度芋(にどいも・夏)
- セロリ(夏)
- 山椒(さんしょ・夏)
- 天龍小梅(てんりゅうこうめ・夏)
- 塩丸イカ(しおまるいか・夏)
- 花梨(かりん・秋)
- 蒟蒻芋(こんにゃくいも・秋)
- 市田柿(いちだがき・秋)

- 蜂の子(はちのこ・秋)
- 百合根(ゆりね・秋)
- ザザ虫(ざざむし・冬)
- 公魚(わかさぎ・冬)
- 寒天(かんてん・冬)
- 柚子(ゆず・冬)
- 凍り餅(こうりもち・冬)
- 馬肉(ばにく・冬)
- 鹿肉(しかにく・冬)
- 猪肉(いのししにく・冬)
- 竹輪(ちくわ・冬)
- 凍み豆腐(しみとうふ・冬)

東信



鯉

- クレソン(春)
- 桑の実(くわのみ・春)
- 蜂蜜(はちみつ・春)
- 蒟の薑(ふきのとう・春)
- 蒟(ふき・春)
- タラの芽(春)
- ブルーベリー(夏)
- ラズベリー(夏)
- 白土馬鈴薯(はくどばれいしょ・夏)
- レタス(夏)
- 胡瓜(きゅうり・夏)

- 鯉(こい・秋)
- 胡桃(くるみ・秋)
- 薬用人参(やくようになんじん・秋)
- 青蕃茄(あおとまと・秋)
- 笹(ささ・秋)
- 花豆(はなまめ・冬)

全県 おやき うるち米 もち米

きりとりせん

取り扱い

申込書

「信州 ふるさとの食材」を 冊申し込みます。

フリガナ

お名前

〒 -

ご住所

都道府県

郡市区

ご注文ありがとうございました。

電話番号 () —