



これからも、
地産地消に
取り組みます。

旭川の

／おいしく食べよう！／

さつまいもと

寒締めほうれん草

特別販売会実施!!

開催
日時

1月24日(土)・25日(日)
10:00~17:00

2日間
限り

● 試食提供 ●

実施店舗 ウェスタン3店舗 (パワーズ・川端・北彩都) 青果コーナーにて
参加企業 旭川市・JA旭川青果連・キューピー・道北アークス



旭川産

さつまいもの新品種

「ゆきこまち」

令和4年に発表された寒冷地向けの新品種です。さらさら
と雪のような口だけでありながら、ほくほくとした食感も楽しめ
ます。素朴でやさしい甘さが特徴です。

加熱後の変色が少なく、お味噌汁や煮物
などの具材にもぴったり。普段はあま
りスーパーなどで見かけない希少
な品種「ゆきこまち」。この機
会にぜひ味わってみま
せんか。



旭川産

「べにはるか」

食感がとてもなめらかで、つつい食べ過ぎて
しまう美味しさです。

※べにはるかの名前の
由来は「他のサツマイ
モより“はるかに”美味
しい」とも言われ
ています。



旭川産

寒締めほうれん草

ハウス内で暖房機を使わず、あえて寒さにさらすことで糖度が増し、甘みが際立つと評判です。ビタミン類を豊富に含み、栄養価も抜群。特に東旭川地域で盛んに生産されています。通常のほうれん草とはひと味違う、食感と甘みをぜひ体験してみてください。

旭川の
「冬野菜」を
もっと詳しく
旭川市農業振興課



※写真は
イメージです

※写真は
イメージです

※写真は
イメージです

※写真は
イメージです

おいしさいろいろ“さつまいも”

レンジでかんたん!大学芋 ハニーマヨソース



1人分
約253kcal
食塩相当量
約0.1g

材料(2人分)

- さつまいも小1本
- (A) はちみつ大さじ1.5 ●黒ごま適量
- (A) キューピー マヨネーズ大さじ1

※写真はイメージです



詳しくはこちら

作り方

- ①さつまいもは皮つきのまま小さめの乱切りにし、水にさらす。ぬれたままクッキングペーパーで包んで耐熱器にのせ、ラップをかけ、レンジ(600W)で約3分30秒加熱する。
- ②器に①を盛りつけ、混ぜ合わせた(A)をかけ、黒ごまをふる。

おいしさいろいろ“ほうれん草”

ほうれん草と豆腐の ドレッシング和え



1人分
約167kcal
食塩相当量
約0.8g

材料(2人分)

- ほうれん草1束 ●木綿豆腐100g
- (A) 砂糖(上白糖) 大さじ1 ●塩適量
- (A) キューピー深煎りごまドレッシング 大さじ3

※写真はイメージです



詳しくはこちら

作り方

- ①ほうれん草は塩を加えた熱湯でゆでてざるにあげて水気をきって冷まし、水気をしぼって食べやすい長さに切る。
- ②木綿豆腐は、軽く水切りをする。
- ③ボウルに(A)を入れて混ぜ合わせ、①を入れて和え、②をくずしながら加えてさっと和える。

ご存知ですか?

旭川の さつまいも

旭川ではさつまいもを
育てています



※写真はイメージです

秋の味覚としてなじみ深いさつまいも。料理やお菓子など、様々な食べ方で楽しむことができ、栄養バランスが良く食物繊維が豊富な作物です。鹿児島県や茨城県が主要産地として有名ですが、近年の温暖化の影響で北海道でも栽培地域が広がっており、旭川においても生産量が増加しています。

旭川産のさつまいもは、本州産より水分量がやや多めで、しっとりなめらかな食感が特徴です。加熱するとでん粉が糖化しやすく甘みが増す特徴があることから、ねっとりとして非常に甘いさつまいもになります。これは、粉質(ホクホク)系より粘質(ねっとり)系のさつまいもが好まれている近年の消費動向にも合っています。



※写真はイメージです

新鮮、豊富な旭川産冬野菜を食べよう!

旭川産さつまいも、寒締めほうれん草はウェスタン、スーパーアークスの一部店舗と旭川市内一部の農産物直売所で販売されます。



「旭川産さつまいも」、「旭川産寒締めほうれん草」

イベントなどの情報をインスタグラムで発信していきます。フォローをお待ちしております。

旭川市
ブランド
推進係



道北
アークス



ウェスタン
パワーズ



あさ9時 開店



旭川市永山12条3丁目パワーズ内
TEL(0166)47-9111
閉店時間 よる9:00



旭川市川端町7条10丁目
TEL(0166)52-8111
閉店時間 よる9:45



旭川市南6条通18丁目(2F駐車場有)
TEL(0166)39-2111
閉店時間 よる9:45



道北アークス公式HP