



メモリザ 粗挽きドリップタイプ

まずはここから。ドリップするのがコクと香りを一番楽しみます。煮出したり、コーヒープレスしたり、いろんな楽しみ方ができます。

120g ¥1,200
1kg ¥8,100



玄米珈琲メモリザ ティーバッグ

メモリザのティーバッグです。お出かけ時の携帯用としてやはり重宝するのがティーバッグですね。水筒に入れておけばOK。水出しもできるので、ペットボトルに入れて大丈夫。

120g (5g×24) ¥1,500



玄米珈琲メモリザ 顆粒タイプ

メモリザのインスタントタイプです。忙しい朝にコーヒークップにお湯を注ぐだけで、手軽においしい玄米珈琲をお楽しみいただけます。約10ミクロンの黒煎玄米粒が体の中に行き届きます！

100g ¥1,800
500g ¥7,650

KONOコーヒーサーバー

ネルドリップ専用設計のこだわりKONO式コーヒーサーバー。ゆつくりと、大切なひとのために、自分好みの濃さでオリジナルコーヒーを淹れてみませんか？ 面倒と思われがちなネルの手入れも慣れると意外と簡単です。贅沢な時間と味をあなたのものに。

3人用 ¥4,980
5人用 ¥5,980

わらの土鍋【天地】 伊賀焼

■わらの料理の基本である重ね煮をどこまでも極めたい。そんな想いに突き動かされて、この土鍋が生まれました。弱火でじっくり、まさに土鍋が得意とする調理法。もちろんごはんも遠赤外線効果でふっくらと。

¥18,900

正広MV合板包丁(口金無し・家庭用)

刃物の町、関市の刃物老舗メーカー「正広」の包丁。鋼の切れ味と、ステンレスの強さを持つといわれているモリブデン鋼を使用した牛刀の家庭用です。わらでも正広の包丁(本職用)を愛用しています！

18cm ¥6,405
21cm ¥7,140

DVD 船越康弘が熱く語る「食べ物変えると人生変わる」

3時間以上の収録です。人生を楽しく生きるとは？ 夢の実現の方法とは？ 健康になる為に必要なこととは？ 自然食について・・・凄いエネルギーを発する重ね煮の秘密とは・・・ 自然の有難さや感謝すべき点について・・・ このDVDをご覧になれば宇宙の法則が何か分かり 貴方の未来が楽しく幸せになっていくでしょう・・・

¥10,000



わらのごはん

たのしくて心温まるメッセージと今日から始められる 優しいレシピの数々、食を楽しみ毎日をいきいきと生きるためのヒントが満載。今、真に豊かな食の在り方を提案する暮らし方読本です。わらが提案する独自の料理法「重ね煮」、季節の旬の野菜を使い切る「ばっかり食」、驚くほどおいしい「八方だし」や、ソース・ドレッシング「いろいろごはん」の炊き方で、これまでの常識を覆すユニークなアイデアがいっぱい。いつもの台所で、いつもの食材がとびっきりおいしく生れかわります。この本を手掛かりに きょうからあなたの食卓を変えてみませんか？

¥3,150



わらの料理

家族のこと、「わら」を始めて出逢ったさまざまなたちのこと、自然との関わりや食にまつわるエピソードなどをまじえながら、そこから生まれたおいしい自然食を紹介していきます。「わら」料理の原点がここにあります。

¥3,000



野菜たっぷり重ね煮レシピ

1. まずは基本の重ね煮をマスター
 2. シンプルな素材を組み合わせた重ね煮にトライ
 3. 野菜の種類をたっぷりにしてレベルアップ
 4. 旬の素材で味わういろいろな重ね煮
 5. 重ね煮と玄米でパワフルごはん
- 【付】・船越康弘トークライブ・「わら」お薦めの食品・道具情報

¥1,680



おいしく 楽しく ありがたく

自然食料理を提供する民宿の主人。その料理の秘訣とは？ 玄米菜食と出会い、健康を回復した著者が民宿を開業し、独自の自然食の体系を確立し食を通して「感謝の生き方」に気づくまでの波乱万丈の半生。

¥920



太古の海

チベット高原の天然塩 ヒマラヤ山脈の隆起と共に出来た塩湖から、自然そのままの味をお届けします。2億5千万年前の太古の海からの贈り物！

¥1,350



わらのお話～食を通して生き方を探る～

講演会や料理教室でお話しした内容を初めて活字にしました。人生イメージ通り、食べ物を変えると人生が変わる。本当の自然食、お金のかけられない健康法など。お話のエッセンスをわかりやすく体系的に編集しました。

¥1,700



「牛乳はモー毒？」 真弓小児科医院院長 真弓定夫 監修

牛乳は人間の身体にとって良いのか？この疑問を解決するために、ふしぎ医院を訪れる日野本親子たち。官兵衛先生の話や聞き、牛乳が決して身体に良いとは言えない事実を知って驚く。そして、牛乳を飲まないといすれば、どうすれば良いのか？かわりに何を摂れば良いのか・・・。

¥630



穀物菜食動物・人間 — 自然食入門・PART1 — 【ポケット文庫シリーズ】

まんが／寺西 竜也
協力／船越 康弘

栄養学が証明した5:2:1
旬と人間の不思議な関係
栄養学の矛盾
こんなに差が出る消化と心のメカニズム
食・心・動のすすめ

¥420

