


P1
みんなに広めよう!!
「私のお気に入り」第2弾


P2~P3
若手ボランティアバス第16回報告
ずっとボラの会
産直産地ツアー募集

P4~6
組合員活動のコーナー


P7
ぱるメール
通常総代会公告
理事会・監事会報告

P8~9
中村雅俊さん
被災地への思いを語る

P10~P11
イベント情報
ミラフロレス 

P12
班におじゃましま〜す⑨
パル子のお店新発見 

P13
きれいの術
クロスワード
クイズ 

P14
商品検査室だより
組合員さんの声にこたえて 

P16~15
特集
「CO・OPそうめんつゆストレート」
Pa・ぱつとクッキング

 **生産者さん おじゃましま〜す** ~ 千葉県香取市・ちば醤油(株)、(株)千葉カネイ食品 ~

生協のが一番おいしいので年中使っています。 かつおの風味もよくてとても気に入っています!!

(利用されている組合員さんの声)




削る前のかつお節

(株)千葉カネイ食品

ちば醤油(株) おみがわ 小見川・本社工場



CO-OP
そうめんつゆストレート
300ml

「そうめんつゆはこれに決めています」そんな声もたくさんお聞きする、人気の「CO・OPそうめんつゆストレート」。おいしさの秘密は「あらしほり製法」による「だし採り」にあります。

そうめんだけじゃない♪
ご利用いただいた組合員さんの声♪

だし巻きに使ったり、
揚げ出し豆腐に使ったり…
年中使います☆

生姜焼きを作るとき、
このめんつゆに漬けておくと味が
しみこんで良い味になるねん♪



「CO・OPそうめんつゆストレート」の記事は15ページに続く ➡

 **Pa・ぱつとクッキング 110**

「CO・OPそうめんつゆストレート」を使って
めんつゆde春のおひたし

1人当り64kcal

材料・2人分

- CO・OPそうめんつゆストレート……150cc
- トマト……………1個
- 菜の花……………1/2袋
- 塩……………少々
- からし……………適宜

作り方

- ①菜の花は、塩水でさつと茹で、ざく切りにする。
- ②トマトは湯むきして、くし切りにする。
- ③ひたひたのそうめんつゆでトマトをさつと煮て、菜の花を入れて火を止める。器に盛り、お好みでからしを添える。

*めんつゆのだしのうま味が優しい一品

からしを交かせるのが
おすすめ



<http://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/index.html>