



# 「試食とおしゃべり」の楽しい交流をしています



ケチャップの話をする組合員さんとハグルマ中西さん(右側)

今回の参加メーカー、氷温甘塩さばでおなじ

必要情報が必要なら、お問い合わせください。



試食しながら商品のいろんな話をする組合員さんとコールセンター出羽(左側)

参加したメーカーさん、職員より

「前に野菜が傷んでいたことがあって、どこにも言わずにそのまま捨てたことあったわ」という組合員さんがおられました。担当や組合員サービスセンターに気軽に言っていただければ良いのですが、まだまだご存知ない方もおられるんですね。ご案内できて良かったです。

(コールセンター・出羽)

「瓶のケチャップが底に残って最後まで使いきれないのよね」と直接、組合員さんの声を聞かせてもらい「来年3月から使いやすい形の瓶に変更する予定なんですよ」と案内させていただきました。商品を知ってもらえて意見交換もできて、嬉しかったです。

(ハグルマ・中西さん)

「くらしの中の商品交流会」は、地域ごとに今後も開催されます。どなたでも参加できますので、詳しくは配送担当にお尋ねください。

(回ごとに商品や交流形式は異なります)



参加された組合員さんより

食べたことがない物も試食できて良かった

あまり気取っていない会で良かった

メーカーさんの話が聞けて、職員ともしゃべれて楽しかった

「自分では注文しないなあ」という商品との新しい出会いがあった

## cooking



## Pa・ぱっとクッキング 34

材料・2人分

- 天然ぶり切身 ……2切れ
- 塩 ……少々
- ごま油 ……小1
- 砂糖 ……大1/2
- ④ みりん・しょうゆ ……各大1
- ④ 酒 ……大1/2

甘辛でご飯がすすみます!



1人当り  
240Kcal

作り方

- ①ぶりは解凍して両面に軽く塩をふり、水気をふき取り、食べやすい大きさに切っておく。
- ②フライパンでごま油を熱し、ぶりを入れて両面を焼く。
- ③焼き色がついたら、砂糖を直接ぶりの上にかけて、その上から④も加えて中火で煮立てる。
- ④油がはねるので蓋をしつつ、全体にたれをからめる。

材料・2人分

- 天然ぶり切身 ……2切れ
- 塩・こしょう ……少々
- 片栗粉 ……小1
- サラダ油 ……小1
- ④ 白みそ・マヨネーズ ……各大1
- ④ 一味唐辛子 ……少々
- ④ 青ねぎ細切り ……1本分
- ④ すりごま ……大1

香ばしくって、ほんのりピリ辛!



1人当り  
297Kcal

作り方

- ①ぶりは解凍して塩・こしょうをふり、片栗粉をまぶす。
- ②④をよく混ぜ合わせておく。
- ③フライパンで油を熱し、①のぶりを焼く。両面に焼き色がついて火が通ったら、余分な油をふき取って火を止める。
- ④余熱を利用して④のたれを③に入れ、手早くからめて少し焼く。

ぶりの味噌マヨ焼き