

生産者さん おじゃまして～す

～国内産そば粉使用 越前そば 福井県・(株)武生製麺～

北海道・美瑛町のそば畑(8月頃)

かみしめて香りを楽しんで欲しい
国内産そば粉使用の生そばです

(株)武生製麺 桶谷社長



12月4回
「新そば」(つゆ付)
3人前

12月5回では
「国内産そば粉使用越前そば」(4人前)と
「越前八割そば」(2人前)を企画しています

秋の収穫風景(9月頃)

「国内産そば粉使用 越前そば」の記事は7ページに続く

- P1 第11回岩手ボランティアバス報告 (1～2ページ)
- P2 岩手職員ボランティア第7陣報告 遠野通信、ずっとボラの会
- P3 組合員活動 パル子のお店新発見
- P4 パルコープの冷凍冷蔵商品の流れ TPP学習会報告 ぱるメール
- P5 イベント情報 ミラフロレス
- P6 クロスワードクイズ きれいの術
- P8 特集「国内産そば粉使用越前そば」(8～7ページ) Pa・ぱっとクッキング

Pa・ぱっとクッキング 89

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

*具たっぷりのあったかつけでつけそばに。

年越しそばも今年もつけ麺でいかが?
つけ麺・ねぎ豚そば

材料・2人分 <1人当たり410kcal>

越前そば(生そば) …2玉
添付つゆ ……2袋
④にんにく・しょうがのみじん切り ……各1
ごま油 ……小2
豚うすぎり肉 …100g
生しいたけ ……3枚
青ねぎ ……2本
白ごま・きざみ海苔 …適宜

作り方

- ① そばは表示通りにゆで、ざるにあげて水洗いし、水を切って皿か盛りざるにもる。
- ② 豚肉は食べやすく切り、しいたけ、ねぎは細切りにする。
- ③ 鍋に油を入れ④を中火で炒め、香りが出たら豚肉、しいたけを入れて軽く炒める。添付のつゆ、水140ccを加え一煮立ちさせ、最後にねぎとごまを入れてさっと煮る。
- ④ ③は深めの器に入れ、そばにきざみ海苔をそえる。つゆにつけながらどうぞ。お好みで七味をかけても。



越前そば(生そば)を使って