

七 嶋

今夜は おでん

舞鶴の近海で
水揚げされた新鮮な
生魚を約30%使い、
昔ながらの
石臼づくりで
作りあげています

関西風の
少し甘めの、
しゅかりおだし

組合員
さんの
声

関西風の
おだしの
やさしい感じが
好きで、きくらげ天が
お気に入り。
大根、コンニャク、
ゆで卵、牛すじを
足したらお腹いっぱいに
なりました。

パルコープ 組合員さん

2~3人前

22 冷蔵 次11月 回3回 嶋七

舞鶴直送
関西風
おでんセット
5種13個スープ付

たまねぎ天2枚・ごぼう天3本・
ひら天3枚・きくらげ天3枚・
だんご天2個・つゆ35g

小麦・卵 消費期限お届け日を含め3日

13ヵ月/に一度
本体 468円
(税込 505円)

こうすると
おいしいねん!!
わが家のひと工夫

生姜を1かけ入れて
煮ます。とても
あっさりしますよ。

牛ボイルすじ

ボイル済み・カット済み
なので、解凍して
そのまま煮込むだけ!

牛すじ

煮る

23 冷凍 次11月 回3回

国産牛ボイルすじ 200g

国産牛肉のすじ肉をボイルしカットしました。

本体 500円
(税込 540円)

大根が安いから
今夜はおでん!

目安 約650g

24 次10月 回4回 石川県

大根 M寸 1本

お鍋はもちろん煮物や
生でも料理用途豊富。
新聞紙に包んで野菜室
で保管してください。

約20cm

大根

本体 128円
(税込 138円)

板こん

25 冷蔵 次11月 回1回

若草食品

国産生芋だけでつくった

板こんにやく 250g×2

国産生芋だけでつくった
板こんにやくです。(7head/100g)

1個あたり
本体 99円

本体 198円
(税込 214円)

賞味期間:60日