

笑顔ひろがる 豊かなくらし
食の安全 子どもの未来 地球環境 守りたい

特集 NPT代表派遣報告……P4～P5

次号は7月12日発行です



ひんやりおいしい **七夕の日の**

**カンタン
スイーツ**

7月7日は七夕の日ですね。年に一度だけ、織姫と彦星が会えるロマンチックな日なだけに「ななて」子どもと話しながらかけるカンタンスイーツはいかがですか。
夕食作りにはばつと作って冷蔵庫でひんやり冷やしておけば、食後のデザートにも、お風呂上がりにもプチサマライズですよ。
ぜひおうちでおためしあれ。

ひんやり
お星さま
ゼリー



JELLY.

ひんやり **お星さまゼリー**

- 材料(メロンカップ1個あたり)……
- プリンスメロン ……………1個
- キャロットゼリー ……………5個
- ミニカップゼリー ……………3～4個
(キャロットゼリーだけなら8～9個)
- 生協ヨーグルト ……………100g程度
※カップのヨーグルトなら1個でOK

作り方

- 1 プリンスメロンを横に二つ切りにし、下の部分の種をスプーンで取り、カップにする。
- 2 上半分は皮をむいて種をとり、星形でくり抜き、残った部分は適当に切っておく。
- 3 キャロットゼリーを星形で抜き、残った部分をメロンのときと同様に切っておく。(このとき、ゼリー星の厚みは1cm程度にそろえる)ミニカップゼリーもあれば、同様に星形で抜いて使うと色とりどりに楽しい。
- 4 2、3のメロン、ゼリーの星に抜いた残りをヨーグルトと和えてタッパーなどに流し入れ、みぞれ状程度に冷蔵庫で凍らせ、フローズンヨーグルトをつくる。
- 5 4が出来たら1のメロンカップに2/3程度入れ、その上に2、3の星形を飾る。

※4で凍らせすぎないのがコツ。時間のないときはフローズンにしなくても美味しい。
※星形がなければ、ゼリーとメロンをサイコロ状に切ってもよい。

つかったのはコレ

CO-OP ミックスキャロットゼリー
●15個入 178円
(次回企画6月4回)
飲料で人気の「ミックスキャロット」がゼリーになりました。



つかったのはコレ



CO-OP 純米酢
●900ml 298円
(次回企画6月5回)
まろやかな酸味とコクをもつ純米酢です。

さわやかお酢の
赤じそジュース



JUICE.

さわやかお酢の
赤じそジュース

赤じその赤は抗酸化力の高いといわれるアントシアニン。暑い夏日に健康ジュースとしておすすめします。

- 材料 ……………
- 赤じそ ……………300g
- 酢 ……………50cc
(またはクエン酸 ……………30g)
- 砂糖 ……………1kg
- 水 ……………2ℓ

作り方

- 1 赤じそは葉を茎から取り、良く水洗いをする。葉だけ使用する。
- 2 鍋に分量の水を入れて沸騰させ、赤じその葉を入れ30分ゆがく。浮いてくる葉を箸などで押さえながら煮る。
- 3 火を止め、ザルでこす。赤じその葉は絞り、こし汁に加える。
- 4 3を再び中火にかけ、酢・砂糖を加え、砂糖が溶けたら火を止める。
- 5 4にレモンの絞り汁を加える。
- 6 冷ましてからビンなどの容器に入れる。
- 7 好みて、水で2～3倍に薄めたり、炭酸水を加えて飲む。



組合員さんの声にお応えして **牛乳・卵の自動注文が始まりました!**

「忙しくて…」「ついうっかり忘れてた」「いつも必要なものだから、いつも忘れず届いてほしい」
そんなご利用者の方にお勧めです!

自動注文システムを登録すれば、毎週注文書に記入しなくても、自動的に登録数量をお届けする仕組みです。登録対象商品は、毎週企画している牛乳11品・たまご7品の計18品です。

くわしくは、配送担当者 または コールセンター ☎0120-727-263 (受付時間 月～金 9時～21時30分、土 9時～17時)まで



左記QRコードで、eフレンズやよどがわ生協からのご案内などの情報へ簡単にアクセスできます。

資料請求もできるよ!

