

10月 総代学習会報告

10月11日(火)～26日(水)にかけて15会場にて10月総代学習会を開催しました。生産者・取引先より「組合員さんにぜひ知ってほしい」と産地や生産現場の実情報告と、食の安全性についての取り組みや、商品を使ったアイデアレシピの紹介などの学習・交流が行われ、参加者は熱心に質問してメモを取り、積極的な学習会となりました。その中から一部を下記にてご紹介します♪

11日 高槻 マルイ農業協同組合 (鹿児島)

元気鶏若鶏もも肉

3C 氷水で解凍してね!

袋に入れて空気を抜き氷水につけると、モモ肉一枚程度なら1時間ぐらいで解凍できます。低い温度で短時間に解凍することがポイント!



12日 茨木 多古町旬の味産直センター(千葉)

しんのみ やさいセット

3C 風評より現地の話を聞いて安心してほしい

旬の味産直センターで全品検査を検討しています。また農業管理する専門職員を配置して、生産者に品目ごとに指導しています。安心して新鮮なお野菜を食べていただきたいと生産者一同がんばっています!



12日 島本 信州ハム(長野)

国産ボンレスハム ロースハム使い切りパック

3C 厳選した肉のうまみしっかり!

肉の色を鮮やかにする発色剤を使用せず、着色料も使っていないのが「無塩せき」。一般の市販品に比べて混ぜ物が少ない分、原材料となるお肉の品質が味にでるので、原料の肉は特に厳選しています。



15日 全体(吹田) 24日 池田 イサミ(岡山)

産直牛肉各種

3C 美味しい解凍方法は「低温で1日かけて」牛のお肉には細胞膜があり、解凍・調理に失敗すると細胞膜が壊れて、うまみが逃げ出してしまう。冷蔵庫のパーシャルとかチルド室など低温で1日かけてゆっくり解凍してくださいね♪



17日 豊中 井ゲタ竹内(鳥取)

味付たもずく三杯酢風味

3C たもずくホットケーキ

味付たもずく …… 1カップ 牛乳 …… 60cc
ホットケーキミックス…1袋(150g) メープルシロップ…適量
卵 …… 1個 サラダ油 …… 適量

作り方

- 1 ボウルに卵を溶き、味付たもずく・牛乳を入れ混ぜ合わせる
- 2 ホットケーキミックスを加え、滑らかになるまで混ぜる
- 3 フライパンに薄く油を引いて温め、ぬれぶきんにフライパンの底をあてて冷やし、2の生地を1/3量流し入れる
- 4 弱火で3分間焼き、プツプツと泡が出たら、裏返して2分間焼く
- 5 皿に盛り、メープルシロップをかける ※お好みで泡立てた生クリーム・いちごを飾る



18日 西淀川 19日 摂津 タイ生産者(タイ)

産直バナナ

3C タイでのバナナのおいしい料理法は?

バナナチップ。他にはバナナサンドイッチで、バナナをスライスしてバターであえてはさんでいます。また緑色の段階でカレーに入れることが多く、おいものような味がします。ちなみにホームトンバナナはいろんな病気に効くと言われ、健康のために食べている人もいますヨ。



18日 淀川 太陽食品(大阪)

鯉と昆布の一番だし 茶わんむし

3C 朝、まずは「だし」から

朝6時から準備、7時からだしをとっています。だしの風味を保持するため作りだめしないので、朝一番の仕事となっています。こだわりのだしの味、ぜひ食べてみてくださいね!



19日 東淀川 JAグリーン近江(滋賀)

滋賀コシヒカリ

3C お米をもっと食べよう!

お米の年間消費量大人で60kgを切ったと言われています。朝食でもお米を食べて頂くよう推進をしています。滋賀では、琵琶湖を守るために、農業や化学肥料の使用を半分に減らし琵琶湖にも、健康にもやさしいお米の栽培を行っています。



24 吹田 おかやま酪農(岡山)

生協牛乳

3C かんたん ミルクもち (ワラビもちのような口当たり)

材料 牛乳 …… 500cc
片栗粉 …… 100g
きなこ・砂糖・塩 …… 適量

作り方

- 1 きなこ、砂糖、塩をあらかじめ混ぜて、パットに敷いておく
- 2 牛乳と片栗粉を鍋に入れてよくかき混ぜ、完全に溶けてから火をつける
- 3 木べらで混ぜながらとろみがつくまで強火。あとは、もち状になるまで弱火で混ぜ続ける
- 4 きなこの敷いてあるパットに流し入れ、平らにのぼす
- 5 上からもきなこを振りかけて、フライ返しなどで一口サイズに切る

味付けは、きなこ(砂糖・塩の分量)で調節してください

22日 全体(茨木) アマタケ(岩手)

岩手鴨鍋セット

3C 東日本大震災より復興! 従業員一同がんばっています

鴨は脂分が多いですが、牛肉などと違って人間の体に残りにくく、逆に血中のコレステロール値を下げる働きもあります。また、鉄分やビタミンBも多く含まれており栄養価の高いお肉です。火を通しすぎると固くなりやすいのでお鍋には鴨肉を一番最後に入れてください。



25日 箕面 紀ノ川農協(和歌山)

一株トマト・みかん

3C 12月1回から2月末まで 野菜セットをお届け!

毎回6種類のお野菜が届きます。めずらしい野菜とレシピも入っています。また柚子や桃の花などのおまけがついてきますよ。生産者からのお便りで、産地状況をお知らせしています。ぜひご利用を!



21日 高槻 マルツネ(愛知)

生しぼり絹豆腐

3C マルツネのは豆腐を 水洗いしなくても大丈夫!

雑菌が他の製法より付かないようにしています。100%国産の大豆を使用し、その旨みを生かすため「生しぼり」という伝統製法を採用。消泡剤は一切使用せず、昔ながらのりがり、おとうふ本来の味を引き出しています。まろやかでほんのり甘い柔らかな口当たりが特徴です。



26日 豊能・能勢 若草食品(奈良)

国産生芋だけでつくった 板こんにやく・糸こんにやく

3C こんにやくで美肌効果!

こんにやくにはセラミドがたっぷり!生協のこんにやくは生いも100%なので多く含まれていますヨ!

3C 白色のこんにやくと グレーのこんにやくとの違いは?

灰色を出すために海そう粉末を入れています。また、別会社の生いも100%こんにやくの色が濃い理由は、色の調整を行うため海そう粉末を入れており、量の差が色の違いにでています。



10月総代学習会とは… 上半期の《よどがわ》事業・活動の状況と下半期の課題を中心に理事会から報告・説明を行い、総代の皆さんから意見・要望をお聞きしています。また「産地・取引先と組合員とのつながりを深める」をテーマに、取引先・生産者の皆さんをお招きして学習・報告を行い、意見交換を行う場として毎年開催しています。



<http://www.yodogawa.coop/>

よどがわ生協 検索

今月の 生協さん 第3支所



淀川区担当 樽谷 祐樹 (たるや ゆうき)

様々な世代の組合員さんがおられますので、日々勉強になります。お会いできる方には気持ち良く受け取っていただけるように心がけて配送しています。