

組合員さんのお便利コーナー

わいわい
ホースト



納豆のつやつやと食べませんか?
豆紀さんの『特別栽培大豆の北海道小粒納豆(たれ付)』の愛好者ですが、いつもコープ米酢とお醤油で食べています。おいしいです。みなさんはどうやって食べていますか?
(箕面市 月夜さん)



組合員さんからのおたよりレシロ

機関紙 11月号にて募集した『茶碗むしの具』

栽培している野菜も使って♪

「えび・生しいたけ・とり肉」は最低入れ、みつばは栽培しているので。また、春菊も植えているので使う時もあります。茶碗蒸し、この季節食べたい1品ですね。

(淀川区 まっちゃんさん)



鶏肉たっぷりです!

わが家の子どもたちはきのこ嫌い。银杏も蒲鉾も嫌い。茶碗蒸しの具は、鶏肉だけになってしまいました。

(豊中市 ゆうゆうさん)



子どもが喜ぶ茶碗蒸し

わが家は茶碗蒸しに子どもがよるこぶ『小さく切ったウインナー』や『短く切ったうどん』を入れて作ります。ボリュームも出て、食べごたえがアップしおススメですよ。

(淀川市 きらっちゃんさん)

うどんを入れた『おだまき』

茶碗蒸しの具かどうかわかりませんが、息子たちの空腹を満たすため、『おだまき』といってうどんを入れていました。

手抜き式ですが、スーパーなどで手軽に買えるうどんだし1袋(賞味期限が長いので、常に1~2袋を冷蔵庫に常備している)。2人分ですが、うどんだし1袋に卵1~2個。うどん1袋。あとはその時にあるもの。鶏肉入れたり、ゆり根やカマボコ、三つ葉など適当。『茶碗蒸し』というにはランクが上がる気はしますが…。『おだまき』は気軽にできて、多少の失敗もカバーできて、お腹が満たせる、あったまる1品です♪

(茨木市 サワッチさん)



ひじき入り♥

コープのドライひじきをいつも入れています!子どもも大好きで栄養満点です♪

(摂津市 絵美さん)



見た目も栄養も満点♪

茶碗蒸しの具にかかせないのは、ほうれん草です。いつも生協の冷凍ほうれん草を使っています。

(淀川区 オカダさん)

図書カード
当たります

Present Quiz

プレゼント★クイズ

締切:2月2日(金)必着 発表:本紙462号

『よどまる応援基金』は1月何回からスタートでしょうか?

1月〇回

ヒントは、12ページにあるよ!

クイズの答えを右の欄にご記入ください。



正解者の中から抽選で5人の組合員さんに図書カード500円分をプレゼントします。



おたより募集

締切:2月2日(金)必着 発表:本紙462号

本紙へのご意見・ご感想をお待ちしています。(原文を短くして掲載することがあります。ご了承ください)

〈キリトリ〉

クイズの
答え

1月〇回

クイズ応募の組合員さんはご記入ください。



※商品への意見・企画要望は「あなたの声を聴かせてくださいカード」をご利用ください。(6ページ参照)

※組合員:組合員本人と同居・同世帯(2世帯同居は不可)の家族

お名前				
ペンネームご希望の組合員さんはこちらへ()さん				
組合員コード	5			
コード	請求明細書または出資証書をご覧ください			

大人が2人以上はPCにて

参加申し込み欄
申し込みされる組合員さんはご記入ください
※組合員さんのみが参加できます

2月13日(火)
NO.2122

くらしテラス in 高槻

ご希望の組合員さんは
○をしてください 大人 1人

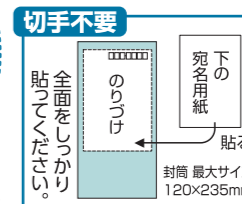
2月15日(木)
NO.2123

ミモザのメモスタンドを
作るう★スマイルサロン

ご希望の組合員さんは
○をしてください 大人 1人 託児(歳)人

クイズの答え・おたよりの郵送方法

上のキリトリ用紙を封筒に入れて郵送してください。
※この応募で得た個人情報は、プレゼントの抽選と「わいわいポスト」や催事の連絡のみに使用します。



インターネットでおたより・クイズの応募ができます。

パソコン
<https://www.yodogawa.coop/kumiai/kikanshi/quiz/>
携帯 <https://www.yodogawa.coop/k/>



おたより募集

「たまごスーパーアレンジレシロ」を募集します。11面のおたより欄にてお寄せください。



インターネットからでも、お便りの応募ができます。

458号クイズの答え

11月
「24」日(金)
—— 当選者 ——

- 西淀川区 ひろちゃん さん
- 高槻市 君代 さん
- 箕面市 かえる さん
- 吹田市 さつママ さん
- 高槻市 K . K さん

※当選者には1月末に図書カードを郵送します

応募総数 77通
正解 77通



差出有効期限
2024年10月30日
まで(切手不要)
★切手不要★

キリトリセン