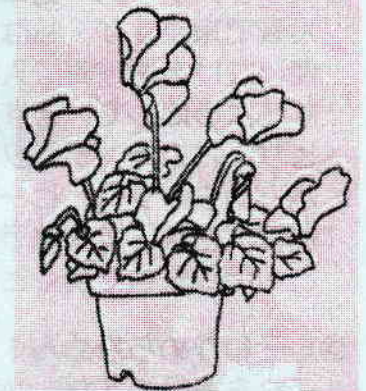


新年おめでとうございます！

今年も、生活クラブの美味しい安心な食材で
みんな健康に暮らせますように！



☆講演会のお知らせ☆

「体を壊す10大食品添加物」

日時：2016年1月28日（木）

午前10：00～12：00（受付9：30～）

会場：カルタスホール

（北浦和駅東口徒歩2分 北浦和ターミナルビル3階）

参加費：無料

講師：渡辺雄二氏（科学ジャーナリスト）

お問合せ・申込先＝川口センター 電話：048-286-6911

FAX：048-286-6915

申込締切：1月22日（金）まで

託児が必要な方は1月15日（金）まで

応募多数の場合は抽選になります。はずれた方にのみご連絡いたします。

当日席に余裕があればお知らせします。※組合員以外の方もご参加できます。

☆焼肉のタレ☆

（原山地区の試食会で好評でした）

醤油	900ml	◎鍋に材料を全部入れてから沸騰させる。
素精糖	300g	沸騰させてから保存してください。
味噌	400g	◎焼肉のタレだけでなく、野菜（ナス、
みりん	100ml	玉ねぎ、にんじん、きのこ等）と肉を
ごま油	15ml	炒めて、最後にタレで味付けをすると
いりごま	10g	簡単に焼肉風味の野菜炒めになります。
一味唐辛子	5g	◎常温で保存できます。多めに作って瓶
にんにく	200g（すりおろす）	に入れるとちょっとした手土産にも！

☆☆☆わたしのイチオシ☆☆☆

◎ミックスチーズ 雪印メグミルク（株）

冷蔵で来ますが、私は届いたらすぐに冷凍して、切らさないよう常備しています。使いかけを冷蔵庫に入れておいて、一度かびがはえてしまったことがあり、それ以来冷凍するようにしています。パラパラにほぐれるので、冷凍でもすぐに使えます。グラタンやピザ、オニオングラタンスープはもちろん、食パンが残ったら、ミックスチーズと刻んだハムやウインナ、ピーマンをのせてトーストすれば、お酒のつまみにも軽食にもなります。鍋に、白菜、豚肉スライス、ミックスチーズ、また白菜、豚肉スライス、ミックスチーズ、と何段か重ねて焼くと、調味料を何も使わなくても美味しいですよ。

◎しそわかめちりめん120g（株）泰山食品

これも冷蔵ですが、私はすぐに冷凍して、やはりいつでも使えるように常備しています。残りご飯に「しそわかめちりめん」を混ぜて俵型にして海苔を巻いた小さなおにぎりは、子ども達が小さい時、夏休みや冬休み中のお昼や、出かける時にすぐ作れる軽食として重宝しました。大根に立派な葉がついていたら、刻んでごま油で炒め、少し塩コショウをして「しそわかめちりめん」を入れてもう少し炒めます。ご飯にかけて美味しい。

◎真あじ開き4枚（有）奥和

以前、生産者交流会に参加した時に、生産者のかたから、冷凍のまま焼くと美味しいと教えて頂きました。朝食時、あと1品という時に、さっと冷凍庫から出してすぐ焼けるので、助かっています。身もふっくらして美味しいです。冷凍だけど、やはり届いてすぐに焼いたのは格段に美味しい！ 「よやくらぶ」で予約していて、月に2回届きます。

他にもイチオシがたくさんあって書ききれないです。私が「よやくらぶ」で予約しているのは、たまご、牛乳、お米、豚肉モモスライス、豚肉ひき肉、鶏肉モモ500g、ポークウインナー、トマトケチャップ、信州田舎みそこうじ1kg、丸大豆醤油、真あじ開き、肉厚わかめ300g、加糖ヨーグルト、ミックスチーズ、かつお細けずり50g、お豆腐、まぐろ油漬缶、小粒納豆、粒状せっけん等々。OCR表面の一番上に印字されてくるので書き忘れが無くなり安心。もし在庫があったら、「0」と書けばその週はお休みになります。「よやくらぶ」になっていない消費材も、お気に入りに登録すると、OCRの消費材名に赤い枠がつくので、すぐに目について書き忘れを防げます。活用しましょう。

☆よやくらぶキャンペーン☆

埼玉単協独自で「よやくらぶ」品目利用アップキャンペーンがあります。

期間：2016年2月～3月（2月2回目6週～3月4回12週）

埼玉単協よやくらぶ品目を3点以上予約登録している組合員を対象に
抽選で50名に

40周年記念開発消費材2点（お蔵米せんべい、むぎっ粉バー）が
プレゼントされます。「よやくらぶ」をまだ登録していないかた、
この機会にぜひ、便利で安心な「よやくらぶ」を利用しましょう。