



しりあま

193号 2022年8月

生活クラブ・浦和東支部委員会
<https://club-urawa.sakura.ne.jp>

未来をつくる仲間を増やそう！キャンペーン

9月から、仲間づくりの新しいキャンペーンが始まります。

SDGsが2015年9月の国連サミットで採択される前から、サステイナブルは、生活クラブの基本的な姿勢でした。生活クラブに時代が追いついてきた今こそ、サステイナブルな未来をつくる仲間を増やしていきましょう！



“パン類”の価格改定について

原材料・輸送費等のコストアップが重なり、値上げせざるを得なくなりました。9月5日の週より、以下のように価格が改定される予定です。

(株) 味輝の価格改定 消費材名	現行価格 (税抜)	改定価格 (税抜)
全粒食パンスライス (6枚)	294	307
角食パンスライス (6枚切)	267	280
麴の香	378	391
ドッグロール	280	307
フランスパン	267	307
カンパーニュ	307	320
ヴァイツェンミッシュブロート	533	547
くるりんシナモン	352	365
あんデニッシュ	267	280
ショコラデニッシュ	315	328
紅玉りんごデニッシュ	486	499
ココアパン	300	313
あんぱん (小)	314	327
クロワッサン(バター)	551	587
ネージュ	683	696
全粒食パンブロック3斤	800	840



伊勢のり



海苔の香りと風味が良く、海苔特有の甘みがあります。

「伊勢のり」の生産地は、伊勢湾口に位置する三重県鳥羽市沖の答志島（桃取、答志地区）。養殖場は、強い波が海水中に養分を循環させる、上質な海苔を育てるには格好の場所にあります。答志島で生産される海苔は、とても水質の良い「宮川」の豊富な栄養塩の恵みを受けて育まれたもので、色、光沢、香り、味などが優れたグレードの高い海苔です。

複雑な流通経路を省いた適正価格なので、このグレードではお得です！

生産者：みえぎよれん販売（株）

焼き海苔に炊き立てアツアツご飯。朝ごはんの定番ですが、そのほかにも、ちぎって納豆やお蕎麦に使ってもいいですね。素材がいいので、シンプルな食べ方がいちばん！
保管するには高温多湿を避け、冷暗所で乾燥剤とともにチャック付きポリ袋などの密閉容器に入れてください。

“のり” ラインナップ

- 伊勢のり ○焼伊勢のり ○焼のり ○焼海女のり ○味付けのり ○青のり
○おにぎり用サラダ海苔 ○盤洲干潟産青とびおにぎりのり など

長芋の韓国風サラダ

材料：長芋 150g、水菜 30g、焼のり適量

- ★ 白だし小さじ2、ごま油小さじ2
純米酢小さじ2

作り方（調理時間 10分）

- ① 長芋は皮をむき、4cm長さの細切りにする。水菜は4cm長さに切る。
- ② ボウルに★を混ぜ合わせ、①を加えて和える。器に盛り、ちぎったのりを散らす。



ほうれん草とひじきの海苔和え

材料：ひじき 10g、ほうれん草 120g

伊勢のり 1/4枚

- ★だし汁大さじ2、丸大豆醤油大さじ1/2

作り方

- ③ ひじきはたっぷりの水で戻し、食べやすく切る。ほうれん草は塩ゆでして水気をきり、3cm長さに切る。
- ④ ①、手でちぎった伊勢のりを★で和える。

