

120号

2016年5月

浦和東支部運営委員会ニュース

しらさぎアンケート結果報告

118号に掲載した消費材(惣菜加工品)の味付けについてのアンケートに24名(内HP1名)の方が回答してくださいました。

- A. ちょうどよい…7名 B. 味の濃いものが多い…16名
・購入数が少ないのでどちらとも言えない…1名

支部運営委員会では「惣菜ひじき煮豆」を購入し、皆で試食しました。夕食の小鉢(1人分)としては濃いけれど、お弁当にはこのくらいの濃さがないと…という意見がほとんどでした。ビオサボ食材については、野菜を増やしたり、調味料を加減したり等…皆さん工夫しています。

「塩分がきつく、病気にさせる気か!」というお叱りや「市販品とは違う薄味の物を揃えてこそ、生活クラブの価値があると思います…」というご意見もありました。塩分濃度については、消費委員会を通して調査を依頼します。

皆さま、お忙しい中をアンケートにご協力いただき、ありがとうございました。

お願い

- <鶏卵パックについて> … 鶏卵パックは繰り返し使用しています。紙素材は匂いを吸収してしまいますので、香りの強いもの(柔軟剤や芳香剤)の近くに置かないよう、気をつけてください。
- <遊YOU米> … 以前と比べお米の産地が増えたせいか、遊YOU米の消費量が落ちてきています。食味の好みがあるとは思いますが、鳥海山の伏流水で育った「遊YOU米」を今一度応援しましょう。

お知らせ

- ・生活クラブ生協は、安全保障関連法案への反対声明を出しています。

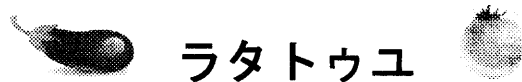
安保関連法案廃止 オール埼玉総行動 5月29日(日)10:30開会

場所:北浦和公園(JR北浦和西口下車) 終了後、パレードを予定。

パッケージの変更について

L's 選定消費材30品目ができて、今までのSマーク認定品表示がなくなります。それに伴い、生産者オリジナルのパッケージに変わり、生活クラブの表示が消えるものがあるそうです。材料や製造方法は今まで通りだと確認しました。

暑い季節には、野菜たっぷりの洋風おかずを……



ラタトゥユ

できたてもさることながら、冷蔵庫で冷やしたラタトゥユも味がなじんで美味しい♥
パスタとからめたり、トーストにのせたり…冷蔵庫で2~3日もつので、たくさん作
っているいろいろお試しを♪

野菜だけでは物足りない方は、ベーコンを入れてください。

<材料> 4人分

なす…2本 ズッキーニ…1本 パプリカまたはカラーピーマン赤…1個
たまねぎ…中1個 セロリ…1本 にんにく…1片 トマト中…1個
オリーブ油…大さじ2
A 白ワイン…大さじ2 ウスターソース…大さじ1 塩小さじ…1/2
こしょう…少々 ローリエ…2枚

<作り方>

- ① トマトは湯むきして、ざっとつぶしておく。
- ② なすとズッキーニは1.5cm厚さのイチョウ切りにする。
- ③ パプリカとたまねぎは2cm角に切る。セロリはピーラーですじをむき、2cm角に切る。にんにくはみじん切りにする。
- ④ 厚手の鍋にオリーブ油を入れ、にんにく、たまねぎ、セロリを中火で炒める。しんなりしたら、なす、ズッキーニ、パプリカを炒める。
- ⑤ Aを加え、つぶしたトマトを入れ、ふたをして弱火で20分蒸し煮する。
(バルサミコ酢があれば大さじ2入れる)