

☆オンラインで☆

グリーンコープ生協 2021年10月18日

北海道産地の青果生産者さん 「有機農法すずらん会」・

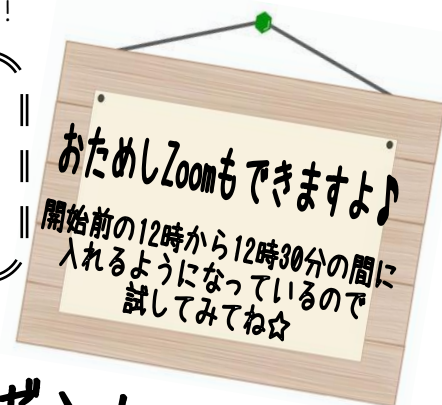


くんねっぴ 「訓子府有機農法研究会」

との交流会を開催します!!

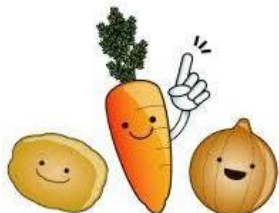
北海道の生産者グループでは、他の地域で生産できない時期にもバレイショ、玉葱、人参などを作っていただいています。広大な北海道で有機・無農薬・減農薬栽培に取り組まれている様子や、こだわって作られた青果の特徴を知るチャンスです♪みなさんのご参加をお待ちしています!

開催日 11月11日(木)
時間 13:00~14:30



☆11月1日~5日の配送時に、Zoomに参加するためのID・パスコードと資料をお届けします。

参加者全員にプレゼント!!



組合員でない
お友達の参加もOK!



秋冬限定♡
GC 厚切りポテトチップス
(うすしお味)



詳しくは裏面を
ご覧ください☆



お問合せ：組合員事務局 TEL 0853-73-7171
FAX 0853-73-8013

きりとり

北海道生産者交流会参加申込書

申込み締切り 10月29日(金)

- ・配送コース ()
- ・お名前 () 電話番号 ()
- ・お友達 () 電話番号 ()
- ・お友達 () 電話番号 ()

※ご記入いただいた個人情報は、組合員活動のみに使用させていただきます。



主に取り扱っている青果



<有機農法すずらん会>

メークイン、男爵、人参、かぼちゃ、
長芋、にんにく

<訓子府有機農法研究会>

玉ねぎ、レッドオニオン、
メロン（ギフト）

おいしい産直野菜
で作ってみてね!



商品おすすめ委員会では、毎月1回、大阪から
鹿児島までの委員 24 名が、産直野菜のおすす
めレシピを紹介し合っています。その中から、
公式インスタグラムに採用されたレシピをご
紹介します。

バレイショガレット

<材料>

バレイショ 150g
ミックスチーズ 50g
米粉または片栗粉 大さじ 1
なたね油菜の花物語 小さじ 2
ケチャップ 適量

<作り方>

- ①バレイショを千切りにする。
- ②①のバレイショは水にさらさず、ボウルに入れる。
- ③②にミックスチーズと米粉（または片栗粉）大さじ 1
を入れてよく混ぜる。
- ④フライパンに油（小さじ 2）を中火～弱火で
熱して、③を入れて全体に広げる。
- ⑤チーズが溶けてきたら、裏返し焼き目が付き、
バレイショに火が通ったら出来上がり。
切り分けて皿に盛る。ケチャップなどをつけて食べる。



かぼちゃのしっとりパウンドケーキ

<材料>

かぼちゃ 100g
きびさとう 大さじ 2
生クリーム 200ml
ホットケーキミックス 200g



<作り方>

- ①かぼちゃはカットして皮を切り落とし、耐熱皿に並べ
ラップをかけて電子レンジ（600w）5分ほど加熱し
柔らかくなったらつぶす。
- ②ボウルに①、きびさとう、生クリームを入れて混ぜ、
その後ホットケーキミックスを加え混ぜ合わせる
- ③②をクッキングシートをしいたパウンド型に入れて、
180度に予熱したオーブンで 40分ほど焼く。
竹串を刺して何もついてこなければ、型から出して冷
やす。

組合員でない
お友達の参加について

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、複数人で集まって
1台のパソコン、スマートフォン等から参加されることはご
遠慮ください。

*資料とID・パスコードは申し込みをされた組合員さんにお
届けし、参加されるお友達にお渡ししていただくことになり
ます。みなさんのご理解・ご協力をお願いいたします。

◎生産者のみなさんに聞いてみたいことがあれば書いてください◎

