

## 『おたより』ありがとうございます♡



- ◎酸素系漂白剤とお洗濯のしゃぼんを一緒に2~3時間つけていますが、それくらいするときれいになるようですが、どうでしょうか？
- ◎市販の酸素系じゃない液体の漂白剤で長らくつけ置きしていますが（お便所のタオル）、体に害があるので心配しています。



せっけん生活についてのおたより、嬉しいです♡

◎いただいた方法でもちろんきれいになります！最近、せっけん学習会でお話を聞いた、「溶かし込み」という方法もおすすめしています。洗濯機でせっけんを溶かしてから洗濯する方法です。汚れ落ちがよいですよ！

- ①せっけん（しっかり泡が立つ量）と必要に応じて酸素系漂白剤を洗濯機に入れる。
- ②お風呂の残り湯等のお湯を洗濯機に入れて、「洗い」までして電源を切って一旦終了させる。
- ③できたせっけん液の中に洗濯物を入れて普段通り洗濯機を回す。  
（洗いの時間は長めに…）

☆洗濯液を一晚置くなど、時間を空けると汚れ落ちの効果が上がります☆

◎使っておられる液体の漂白剤の体への害については、はっきりとしたことはわかりませんが、グリーンコープで扱う酸素系漂白剤（粉末）には除菌・消臭効果があります。40~60℃のお湯でつけ置きされると体への害の心配もないので安心して使っていただけたらと思います。ぜひ、試してみてくださいね（^^）/



以前、塩分表示のお願いの「おたより」を書きました。この頃、表示のあるものが増えて喜んでいますが、大変な手間がかかる作業かとは思いますが、塩分や消費期限が分かると、選ぶのにもとても助かります。よろしくお願ひします。

塩分表示も消費期限も、商品を選ぶときにはとても大事な情報ですね。これからいろいろなご意見をいただきながら、よりわかりやすく、注文しやすくなっていくと思います。また何かお気づきのことがあったらおたよりください！

まるベリーさんのパンの販売がなくなり残念です。現在は引っ越してしまい、まるベリーさんのパンが置いてある店に行くのも難しいです。復活してほしい！

まるベリーさんのパンは安心して食べられてとてもおいしいですね。グリーンコープとしても取り扱いたいのですが、メーカー事情で難しい状況です…。ご理解いただけましたら幸いです。



いろいろな思いや情報を伝えあいませんか？みなさんからのおたよりをお待ちしています。



商品検討委員会より

リニューアルして登場!!

# GC「冷凍白和え 120g・冷凍白和え(ひじき)120g

これまでの白和えはメーカー事情により、2022年8月末で製造を終了し、26号から新しくナカシン冷食の白和えになりました。

## おすすめポイント!



### ① 原料へのこだわり

GC もめん豆腐(しぼり豆腐) ほうれん草、しいたけ、人参、ひじきは全て国産。

### ② シンプルな味付け

砂糖、海水塩なぎさ、酵母エキス、練りごま・すりごま[中南米産]

### ③ 市販品との違い

GC 白和え	一般的な白和え
もめん豆腐、ほうれん草、にんじん、しいたけ、砂糖、ねりごま、食塩、すりごま、酵母エキス	白和えの素(豆腐、麦芽糖、ごま、他) 山クラゲ、にんじん、醤油、しいたけ、砂糖、風味調味料、食塩、安定剤(加工デンプン、キサンタンガム) 調味料(アミノ酸等)

### ④ 美味しくする工夫

- ・「絞豆腐」をさらに蒸し上げ水分を約1割と飛ばす
- ・国産の冷凍ほうれん草は、脱水をして水分を約50%飛ばす。
- ・国産乾燥しいたけ、乾燥ひじきは、水で戻す際に通常より少ない水分で戻して使用。
- ・ほうれん草のカットを細かくし、重なりが少なくなるようにほぐして生地に混ぜる。

### ⑤ 冷蔵ではなく冷凍

一般的に冷蔵品は、保存料として「酢酸Ca(細菌やカビ等の抑制)」「リゾチーム(日持ち向上、微生物制御)」などが入っていても消費期限は3日程度。冷凍のメリットは、保存料を入れなくても賞味期限が長い!常備しておけば、食べたいときに水につけてすぐに解凍♪お皿に盛るだけで手軽に一品追加できます☆

## -学習会に参加して-



「『冷凍の白和え』なんて美味しいの?」「ボソボソしない?」



疑問を持ちながら学習会に参加...

- ・何度も丁寧にお豆腐の水分を抜きシンプルな味付けだからボソボソしない!
- ・冷凍品であれば保存料などの添加物が不要!

## 「これは食べてみないと!」

・・・なんと美味しいではありませんか!自分で調理するより、手間も費用も節約できるかも( ^ )  
組合員さんの中にはお弁当の保冷剤代わりに冷凍のまま割って少しずつ入れている人もいるとか!?



そうか!「お惣菜」を買うよりいいのでは?

冷凍室にストックしておかなければ!



レ 珍ノ甲 一 九 学 習 会 一 九 年