

みらんと

発行：グリーンコープ生活協同組合理事会
出雲市斐川町荘原 2230-1
TEL：0853-73-8010
FAX：0853-73-8013

組合員活動予定

- ♪FP 円縁学習会 (いま知りたい!お葬式・お墓事情) 2/22(木)オンライン
- ♪春のつどい (椅子に座ってちょい筋トレ) 3/4(月)大田市民センター
- ♪春のつどい (ミュージックケア) 3/6(水)斐川環境学習センター(アース館)
- ♪西製茶所さんをむかえて) 2/26(月)大輪児童クラブ

☆詳しくはチラシをご覧ください☆

バレンタインにもぴったり♪ 民衆交易品をつかった フォンダンショコラ



- 【材料】6cm ココット皿 2 個分
- ・チョコレートパプアビター 60g
 - ・食塩不使用よつ葉バター 40g
 - ・産直たまご 1 個
 - ・薄力小麦粉 大さじ 4
 - ・みんなで作るマスコバド糖ココア 大さじ 2
(純ココアの場合はマスコバド糖大さじ 2 を足す)

- 【作り方】
- ① 耐熱ボウルにチョコとバターを入れ、ラップ無しでレンジ(600W)で 1 分加熱する。
 - ② 泡だて器で混ぜてチョコを溶かし、たまご・マスコバド糖・ココア・薄力粉を加えてよく混ぜる。
 - ③ ココットに流し入れて 180℃に予熱しておいたオーブンで 10 分焼いて、少し冷えたら完成♪



パプアのカカオのチョコレート

インドネシア・パプアの森で農業を使わずにカカオ豆を栽培、インドネシア東部でチョコレート原料に加工しています。



グリーンコープの民衆交易

＼応募総数302名！／

GC「寄せ鍋スーパースーパー人前」クイズ!! 答えてプレゼント♪

正解は「知って得とく委員会」でした!

人数に合わせて使う量を調整できる!



コメントをありがとうございます!



北海道で一人暮らしをしている娘に送ってあげたいです。その前に私も味見したいなあ〜😊

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

2024年2月12日 みらんと121号

☆商品についてのお問合せはこちらに☆
てるてるコーナー
(フリーダイヤル0120-14-0586
月～金 9:30～16:30(祝日休))

 開催しました



出雲地区委員会

「やまびこ会のれんこん料理教室」

2023年11月16日(木) さんぴーの出雲

11月16日(木)、さんぴーの出雲にて「やまびこ会のれんこん料理教室」を開催しました。13名の参加がありました。やまびこ会星組から2名の生産者さんをお迎えし、れんこんのピラフ、メンチカツ、酢の物、白玉を2グループに分かれて調理しました。調理を始める前に、れんこんの皮はペットボトルの蓋で軽くこする程度で良いことや節は捨てずに乾燥させたりすりおろしたりして食すると喉のケアになることなど教えていただきました。調理の待ち時間に、畑の様子、手作業による草取り作業や防鳥対策、美味しい調理法、上手な保存方法など動画を交えながらお話ししていただきました。手間暇かけて大切に育てられたれんこんが私たちの元へ届くことがよく分かりました。



試食交流会ではやまびこ会の方が作って下さったれんこんチップスや生姜の佃煮などもご馳走になり、どれも美味しく大好評でした。ちいさなお子さん3名も加わり、和やかな交流会でした。やまびこ会さんからのサプライズくじ引き大会もありました。

「白玉団子は孫のおやつに〇」
「レポートリーが増えて嬉しい〇」
「育てる時の苦労も知ることができたので大事に頂こうと思う〇」
などのたくさんの感想がありました。色々な食感を楽しむことができるれんこんの魅力が伝わったと思います。



 開催しました

知って得とく委員会

「メーカーオンライン交流会」

2023年11月27日(月)

11月27日(月)知って得とく委員会では、メーカーオンライン交流会を開催しました。この度は、(株)ヤヨイさん、田中藍(株)さん、マルキン食品(株)さんの三社にお話を伺いました。

(株)ヤヨイさんからは、GC「実道湖産大和しじみ」について説明がありました。島根の誇りであり身近な食品であるしじみですが、とても丁寧に加工やチェックがされており安心安全のもと美味しいしじみが届けられていることに感謝しなくては、と強く思うことができるお話でした。また、実道湖産大和しじみには栄養素がたっぷり入り、「まるで食べる美容液」と表現されていたことが印象的でした。レンジで酒蒸しの方法を教えて頂き、とても簡単なのでぜひ試してみたいと思います。大粒のしじみもグリーンプラスのカタログに載るようなので楽しみです。

田中藍(株)さんからは、GC「コットンびより」のお話を伺いました。生理用ナプキンは直接肌に触れるものですので天然コットン100%はとても魅力的です。

コットンは体を冷やさず合成繊維によるアレルギーも軽減されることから、生理痛が軽くなったり、かぶれがなくなったりと嬉しい声がたくさんあるそうです。今後オーガニックコットン使用の新商品も出るようなので使い心地を試してみたいです。

マルキン食品(株)さんからは、GC「すずまる小粒納豆」GC「すずまるつゆだく納豆」GC「九州産中粒ひきわり納豆」GC「九州産中粒納豆」GC「北海道産大粒納豆」のお話がありました。国産大豆使用はもちろん、タレも無添加にこだわり、容器までこだわってグリーンコープ専用容器を使用されていることに驚きました。納豆菌が体に及ぼす良い効果もたくさんあることを知りました。美味しく体に良いなんて嬉しいですね。大粒やひきわりなど様々な商品があるので食べ比べをしてみたいです。

どのメーカーさんも安心安全に力を入れておられることが伝わってきて、実りのあるメーカー交流会となりました。

