

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

2025年度は、
新たに520名の組合員さんを
迎えるように頑張っていきます!

組合員の皆さんからのご紹介を
お待ちしております♪



開催しました

「from ネグロスセミナー」

2024年11月11日(月)

大田地区委員会

11月11日、大田地区委員会は、fromネグロスセミナーを大田まちづくりセンターで開催しました。5名の参加がありました。講師は、NPO法人APLAの野川未央さん。カカオ豆から「ホンモノの手作りチョコレート」を完成させる、ワークショップ♪ホンモノを味わえて感動♡カカオにまつわるいろいろなお話も聞いて、とっても充実した楽しい時間となりました☆



カカオポッド(カカオの実)は
長さ15~30cm,
直径10cmほど。
その中にカカオ豆(種)が20~50粒
一粒はアーモンド大

◎カカオをとりまく現実として、児童労働や森林破壊の問題があることを聞きました。気候変動により今、カカオが足りず、たくさん作ろうと、より森林破壊が進んだり、農業をたくさん使ったりしているようです。「自然と人の共生」「南と北の共生」も理念とするグリーンコープ…ものを公正価格で取り引きするだけでなく、出会った人ともものを通じて関係を築いていこうとする民衆交易を進めてきたグリーンコープのすごさをあらためて感じることもできました。

参加者の感想

体験することで、カカオの重さ、かおり、感触を感じる事ができ、貴重でした。これから何かできることを考えるきっかけになりました。

《作り方》

- ① 焙炒(15分くらい)
カカオ豆をフライパンで焙炒する→殻を取り除く。
(中身が砕けたもの=カカオニブ)
- ② 粉碎と湯せん(20分くらい)
カカオニブをすり鉢に入れ、さらに粉碎する。
粉状になり、しっとりしたら湯せんする。
湯せんしながらすり続けると、液状に変わる。
(=カカオマス)
湯せんして溶かしたカカオバターを入れる。

- ③ 仕上げ
砂糖を加えてよくすり混ぜる。
↓ ↓
↓ ↓ 型に入れて冷やし固める
*冷蔵庫で2週間おくとよりおいしくなる!
牛乳を少し加えてチョコレートペーストとして、試食!



本日は、
バナナと冷凍国産小麦のフランスパンにつけて♪

🌱 (自然解凍🌟)

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。

2025年4月7日 みらんと 146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))

お 開催しました

「秋のわくわくパーティーinいずも ～Baby Green 試食会～」



2024年10月21日(月)

出雲地区委員会

10月21日(月)秋のわくわくパーティーinいずも～BabyGreen 試食会～を開催しました。
大人19名、子ども8名の参加がありました。

★地区委員会からカーボンニュートラルの取り組みや紙芝居、4Rの説明とリユース・リサイクルの実演、産直びん牛乳のお伝えをしました。

【みなさんの声】

容器のリサイクル方法について実演で詳しく説明され、とてもわかりやすく良かった。

★クリスマスケーキ(サラのシュトーレン2種、モンブランタルト、米粉のシフォンケーキ)の紹介と試食もしました。

【みなさんの声】

- ・シュトーレン、具沢山で美味しかった。
- ・モンブランタルト初めて食べ、すごくおいしかった。
- ・食べた事がないケーキが試食でき是非買いたいと思った。

★新登場の離乳食の紹介と試食をしました。

「産直野菜 de まるっとキューブ赤・黄緑・白」「有機簡単おかゆ ほぽっと白米」「有機かぼちゃと有機にんじんのペースト」「有機野菜のおかゆ」の6品の子どもさんがパクパク食べてくれて親子で喜んでいただきました。「有機簡単おかゆ」「ほぽっと白米」は大人が食べても美味しいととても評判がいい商品でした。

【みなさんの声】

- ・安心して美味しいベビーフードに出会えて良かった。このベビーフードに助けてもらいながら離乳食期を楽しめたらと思う。
- ・カタログで見ただけでは子どもが食べるかわからないので、実際に食べて反応を見ることができ、良かった。
- ・体に優しい素材、味付け。栄養豊富で離乳食だけではなく介護食や療養食にもいいですね。



子ども達の賑やかな声、幸せそうな笑顔の中で安心安全で美味しい物を食べられる有難さを感じられるひとときでした。

試してみました！

大田地区委員会

『ヌカビスケットほうれん草』(40g)

『黒糖アーモンド』(90g)

グルテンフリー

小麦アレルギーの人にいいね☆

- ・ほろほろと軽い食感
- ・食べやすい
(ほうれん草感はやさしい)
- ・きなこっぽい感じがいい
- ・ヌカくさくない
- ・たくさん入っていたらうれしいな



- ・歯ごたえあり
- ・あっさりした甘さが好き
- ・とまらないおいしさ
- ・コーヒーにもお茶にも合う



ぜひおためしく下さい♪