



生産者さん おじゃまして～す

～愛知県・(株)マルツネ～

国産大豆を100%使用した “生しばり製法”の豆腐です



コラボ・
生しばり絹豆腐



秋の収穫まですくすく育つよ



「いきいき昼食会仁和寺」でミニ学習会
(中央が、マルツネの山田さん)

※いきいき昼食会の様子は104号(8月25日付)で紹介予定

「コラボ・富山コシヒカリ」の産地、富山県・JAいなばでも、
「コラボ・生しばり絹豆腐」の大豆を育てています

「コラボ・生しばり絹豆腐」の記事は7ページに続く ➡

- P1** 2014年度岩手ボランティアバス
第2回報告
- P2** 岩手被災地報告会のお知らせ
岩手ボランティアバス募集
遠野通信、ずっとボラの会
- P3** 組合員活動
理事会・監事会報告
- P4** 「ピースツアー」、
「物流センター見学ツアー」募集
- P5** イベント情報
ミラフロレス 今月のプレゼント
- P6** きれいの術
クロスワードパズル
- P8** 特集「コラボ・生しばり絹豆腐」
(8～7ページ)
Pa・ぱっとクッキング

Pa・ぱっとクッキング 99

「自分で酒の肴を
簡単に作りたい
(60代男性)」
の声に答えて

***キムチの辛みが
豆腐の甘味を引き立てます**

コラボ・生しばり絹豆腐を使って

ツナキムチ冷奴

材料・2人分 <1人当り144kcal>

生しばり絹豆腐 …1丁
ツナ缶 ……1/2缶
白菜キムチ ……50g
ニラ ……2本
ごま油 ……少々

作り方

- ①豆腐は水気を切って、横1/3に切ってから
幅1cmに切っておく。
- ②キムチは細切り、ニラは小口切り、
ツナはほぐしておく。
- ③①の豆腐の半量を器に盛り、②を彩りよくの
せ、食べるときにお好みでごま油をかける。

<http://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/index.html>



何ものせずに
離乳食にも



離乳食初期
から使える絹豆腐。軽く
レンジなどで加熱して、
少量づつ慣らしながら。