

P1~5
 2016年通常総代会報告

P6
 剰余金処分について
 公告
 2017年総代選挙公示

P7
 熊本地震 お見舞金贈呈報告
 理事会・監事会報告

P8~9
 組合員活動のコーナー

P10~11
 イベント情報
 ミラフロレス

P12
 東北応援バス第2回報告
 東北応援バス第4回募集
 遠野通信
 ずっとボラの会

P13
 きれいの術
 クロスワード
 クイズ

P14
 商品検査室だより
 組合員さんの声にこたえて

P16~15
 特集
 「うなぎ専門店「魚伊」
 炭火焼うなぎ」
 Pa・ぱっとクッキング

生産者さん おじゃましま〜す ~ 大阪市・うなぎ専門店・魚伊 ~

身がふっくらとして柔らかく、炭火焼の香ばしさが風味を増していますね。

(昨年利用された組合員さんの声より)



2016年・夏の“土用の丑”は、7月30日。
 予約注文は7月1回からスタートしています。
 今年はちょっと豪華に、老舗のうなぎは
 どうですか？



うなぎ専門店「魚伊」
 炭火焼うなぎ(タレ山椒付)
 160g (1尾)



備長炭で焼き上げられるうなぎ

「うなぎ専門店「魚伊」炭火焼うなぎ」の記事は15ページに続く

Pa・ぱっとクッキング 123

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

「炭火焼うなぎ」を使って ごちそう!うなぎのひつまむし

1人当り530kcal

材料・2人分

- 炭火焼うなぎ..... 1尾
- 卵..... 2個
- 添付のタレ..... 2袋
- 万能ねぎ..... 5本
- みょうが..... 1個
- きざみ海苔..... 少々
- ごはん..... 2膳

※追加のタレは手作り
 小鍋にうなぎの頭と、調味料(砂糖:
 しょうゆ:みりん:酒を2:2:2:1の割合)
 を入れ、弱火で4~5分煮立たせる。

作り方

- ①うなぎは自然解凍して、1/3身(尾の方)は1cm位に切り、残りは3cm巾位に切って、アルミホイルに包んでオーブントースターで6~7分温める。仕上げにホイルを開いて表面をこんがり焼き上げる(1~2分)。
- ②みょうがは縦半分に切って、小口切りして冷風にさらす。
- ③万能ねぎも小口切り。卵は薄焼きにして細切りする。
- ④温かいご飯にタレと、うなぎの尾の方を混ぜ込み、器に盛り、残りのうなぎと薬味をたっぷりのせる

*薬味たっぷり、本格ひつまむし!



お茶をかけて、
 わさびを少々、
 茶漬け風に。