8ページよりつづく

特集 ゆっくりらくらく、注文時間が長くなったeフレンズ(インターネット注文)で

1月2回のご注文より

仕事をしていてどうしても、注文がぎりぎりになってしまうのですが、21時だと間に合わない時があります。（組合員さん）

締め切りが翌日21時までですが、子どもを寝かしつけバタバタする時間なので忘れがちです。延長してほしいです。（組合員さん）

パルコープで共同購入(個配)をされている組合員さんの、今や約31%の方が利用されている、インターネット注文(パソコン・携帯電話・スマートフォン)。

最終日の注文時間(今までは配送曜日の翌日21時まで)が、夜中の25時までに延長されて、慌しい家事や育児がひと段落してからでも、タイムアウトにならずに注文できます。

今度からは「あ！もう9時過ぎたから注文できないわ！」がなくなりますよ。

こんな場合も…

注文書を出した後でも、インターネット注文(携帯電話・スマートフォンなどでも)で翌日25時まで追加でご注文できます。

※電話注文センターでは今まで通り翌日の21時まで受付けています。

※インターネット注文で注文されたものは、電話注文で訂正できません。

eフレンズのお問い合わせは組合員サービスセンターへ
0120－409－555　FAX 0120－409－880

Pa・ぱっとクッキング ⑦⓪ えびとブロッコリーの塩麹炒め

ブロッコリーの下ゆではレンジで簡単

材料・2人分 <1人当り167Kcal>

ブロッコリー	1房	水	大3
えび	8尾	サラダ油	大1
塩麹	大3	Ⓐ片栗粉・水	各小2

作り方

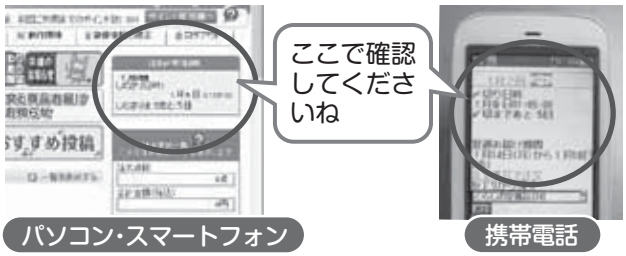
①えびは殻をむき、背に沿って半分に切り、背わたを取って、塩麹大1を、まぶしておく。

②ブロッコリーは、さっと水で洗い、小房にわけ、茎は皮をむいて食べやすく切り、皿に並べてラップをし、レンジで約2分加熱する。

③フライパンに油を引き、①と②を軽く炒めて、えびの色が変わったら残りの塩麹と水を加え、沸騰したらⒶの水溶き片栗粉を入れ、とろみがついたら、火を止める。

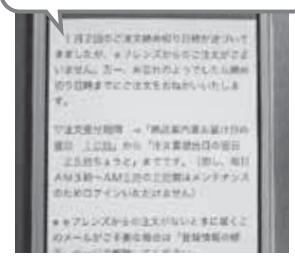
ご存知ですか？ eフレンズ便利機能

①注文できる残り時間がわかります



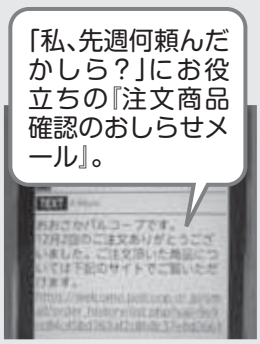
②注文のし忘れ防止に

注文されていないとメールが届く『注文お忘れメール』。



③これも便利！

「私、先週何頼んだかしら？」にお役立ちの『注文商品確認のおしらせメール』。



※メール受信はパソコンでも携帯電話でも設定できます

<eフレンズ登録はこちらから>

●**携帯電話の場合…**
右のQRコードを読み込んでアクセス

●**パソコン・スマートフォンの場合…**
http://www.palcoop.or.jp/ef/index.html