

美味しいツナ まぐろ(オイル無添加) 70g×4

美味しいツナ水煮を使って“おからポテサラ”をよく作ります。スープがいいお出汁になり、パサパサになりがちなおからがしっとり仕上がります。他のツナも使った事がありますが、味が全然違うので、これしか使わなくなりました。

(土成東区 池田さん)

【企画回: 10月1回】



みんなに広めよう!!

私のお気に入り

第36弾

ご応募ありがとうございます!!

いただいたお声やお写真は順次ご紹介させていただきます。

国産大豆のおからに人参・しいたけなどの具材を加えて、うす味に仕上げました



【企画回: 9月3回】



※写真は内容の見本です

プラスもう一品 味付けうの花 160g (80g×2)

「味付けうの花」私の食べ方は、1個に卵3個とマヨネーズを少々入れ、かき混ぜてフライパンで焼きます。フワフワのおいしい卵焼きができます。

(阿倍野区 山田さん)



これよく買うよ!
これ便利♪

『私のお気に入り』まだまだ募集中です!!

そんなみなさんの生協のお気に入り商品をぜひ教えてください!!

★掲載された方には図書カードをプレゼント♪ ※応募方法などは7ページをご覧ください

岩手からの復興だより ⑥

毎年9月に行われている大槌まつり。町内各地区に根付いた郷土芸能団体が、3日間で約50kmを練り歩き、祭り一色となります。私は「松の下大神楽」という団体に所属し、運営のお手伝いや子どもたちのお世話をしています。

震災後は、復興工事のため震災前のコースを歩くことはできませんでしたが、ボランティアさんや多くの方々に支えられ、昨年にはこれまで歩いていたコースで練り歩くことができました。昨年は当団体にも(生協の)ボランティアさんが来てくださり、メンバーと一緒に祭りを盛り上げていただきました。海沿いでは防潮堤の工事が行われており、復興も道半ばという状況ではありますが、大槌まつりでぜひ町民のパワーを感じていただけたらと思います。

※2018年は9月21日～23日に開催予定

これからも被災地に寄り添って

大槌町

だいかぐら
松の下大神楽
上野 育恵さん

