



丁寧に見分けして おいしいバナナを お届けします ~かんたん 広東バナナ~



予約登録でお届けしている広東バナナ。亜熱帯気候の中国・広東省でじっくりと日数をかけて栽培されています。大阪府摂津市の“ムロ”（バナナ専用の追熟施設）で色づきを調整されてから、枚方市にあるベジタブルセンターにやってきて、点検・分量にカット・袋詰めされます。



長江洋子さん

「今、加工しているバナナは翌々日の共同購入（個配）でお届けされます。最も大事にしているのは、不良の除去。広東バナナは農薬を散布せず育てており表皮が弱く傷や虫がつきやすいため、深い傷がないか、また首のあたりの変色をよく見て、除去するようにしています。入荷した量から、平均で8割くらいしかお届け用には使えないんです。季節が変われば

そのベジタブルセンターで16年間バナナ加工に携わっている、班長の長江洋子さんにお話を伺いました。

パルコープのおおさかベジタブルセンターで選別。足元のダンボールには除去されたバナナが。

広東バナナ
600g **313円**
2月1回・2月2回
注文書で登録



※利用には登録が必要です。
毎週、隔週、4週間に1回のいずれかが選べます。来週配布(1月16日から配布)の別チラシをご覧ください。

バナナの生育状況や、かかりやすい病気も違ってきます。バナナ加工班の同じメンバーが、毎日作業することで変化に気づき、組合員さんへのお届け時の状態を想像しながら、丁寧に見分けしています。」

広東のバナナ農園に研修に行かせていただきました。向こうで感じたのは、本当に生協だけのために一生懸命、農薬の散布無しで作ってくださっていること。一房ずつ、虫や埃などを水道水でしっかりと洗浄して出荷されていました。組合員さんから、「赤ちゃんにバナナをあげるときは先をちぎってるのよ（農薬が凝縮してるという話があるらしいです）」と



聞いたことがあります。 「広東バナナは先まで食べさせてあげてください」と胸を張って言えると感じました。（寝屋川支所・武川リーダー）

cooking

Pa・ぱっとクッキング 51



材料・4人分

バナナ………2本
レモン汁………大2
ホットケーキ
ミックス………200g
卵………1個
牛乳………大3



1人当り
260Kcal

作り方

- ①卵をわりほぐし、牛乳を加えてよく混ぜておく。
- ②ボウルに、荒く切ったバナナを入れ、フォークなどでつぶし、レモン汁をふっておく。
- ③ホットケーキミックスをふるいながら、②に入れて、①も加えてよく混ぜる。
- ④直径18cmくらいの耐熱容器に入れ、お湯を沸かしたフライパンでふたをして、強火で25分ほど蒸しあげる。

材料・2人分

バナナ………1本
レモン汁………大1
牛乳………80cc
卵………1個

バナナの甘みで、お砂糖いらす



1人当り
162Kcal

作り方

- ①バナナは、斜めにスライスして、レモン汁をふり、小さめの器に並べ入れる。
- ②卵をわりほぐし、牛乳を加えてよく混ぜる。
- ③①に②を茶こしなどでこしながら注ぎ、温めておいたオーブントースターで15分ほど焼きます。

焼きバナナプリン