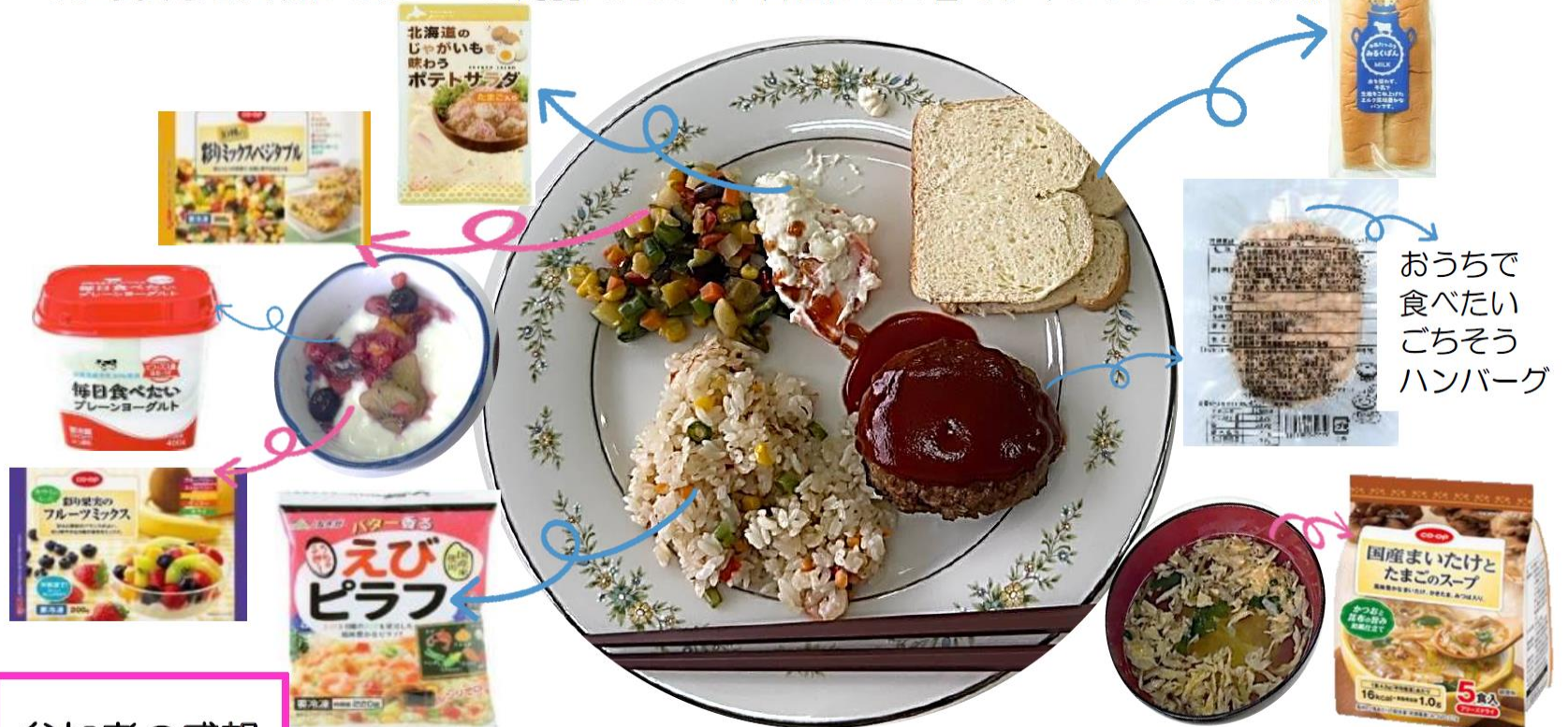


7月5日(土)

## 報 告

大東市立総合文化センター  
料理室支所開発商品とCOOP商品を使った  
お手軽ランチ COOKING大東西  
地域活動  
委員会

パルコプの配送職員とメーカーさんが組合員さんの声を聞きながら開発した商品と安全・安心でより良さを大切にしたコープ商品でスピード料理に22名でチャレンジしました。



おうちで  
食べたい  
ごちそう  
ハンバーグ

## 参加者の感想

- ・ワンプレートでおしゃれなランチが手軽にできました。ハンバーグの厚みがあり予想よりもお値段も高くなく、また購入したいと思います。
- ・彩りミックスベジタブルの野菜の種類が多くて驚いた。
- ・ミルクパンがしっとりしておいしかった。
- ・頼んだ事のない気になっていた商品を食べれてよかったです。
- ・ハンバーグソースとハンバーグがおいしかった。



肉汁を使ったハンバーグソースの作り方



赤ワイン 大さじ2  
ケチャップ 大さじ2  
ウスターソース 大さじ2  
有塩バター 10グラム

1. ハンバーグを焼いたフライパンを用意する。焦げがあれば取り除く。
2. フライパンに赤ワイン（料理酒や白ワインでもよい）、ソース、ケチャップを入れて中火で混ぜながらとろみがつくまで煮詰める。バターを加え、混ぜながら溶かす。

