

も~とまらない!

センターサポーター通信 vol.2

産直鶏だんごをアレンジ♪



「Go!Go!～産直シリーズ～手軽に気軽にCooking♪」開催しました♪



パルシステム山梨の組合員さんが開発協力しました「産直鶏だんご」を使い、『ピーマンの肉詰め』を組合員の皆さん、センター長とオンラインで料理しました。1番の魅力は肉の下準備いらずで、解凍してそのままピーマンに詰めるだけという手軽さです！子どもと楽しく、皆さんでおしゃべりしながら短時間であっという間に美味しく作れちゃいました♪♪我が家の定番メニューになりそうな予感です。ご参加頂いた皆様、ありがとうございました。(センターサポーター I・W)



センターサポーターの感想

今回のイベントはお鍋にマストな産直鶏だんごを使っのピーマンの肉詰め。味付けは和テイストの白だし仕立て。センター長の和気あいあいとした雰囲気の声掛けに、オンラインでの参加した皆さんも安心感を持って調理をされて、無事完成となりました。イベントのタイトル通り、手軽に気軽に老若男女問わず好まれる優しい味に仕上がリ…。こんな風にイベントを通して一つずつレシピが増えるのは楽しみ！と思えたイベントでした。(センターサポーター T・K)

参加者の感想!

子どもと参加することができ、とても楽しかったです。雰囲気も温かく、調理中も楽しく学ぶことができました。



Yummy



とにかく簡単で美味しかったです。当日もあっという間に出来上がり、レポートリが1つ増えて嬉しく思います。

甲斐センターサポーター通信はHPにてカラー版を公開中です！ぜひご覧ください☆

パルシステム山梨 センターサポーター



こちらの二次元コードからアクセスできます♪

発行責任者 甲斐センター長倉田
問い合わせ先: 活動支援課 秋山

組合員開発協力商品とは、いつも商品を利用している組合員がくらしの視点を生かし、メーカー・パルシステムと手を携え、「こんな商品が欲しい」の思いをカタチにした商品です。



当日作ったレシピをご紹介します

ピーマンの肉詰め (鶏だんごver)



≡材料≡

- ・ピーマン (中くらい) : 3個程度
- ・産直鶏だんご : 12個程度
- ・片栗粉 : 適量 ・油 : 適量
- ・白だし : 大さじ1
- ・砂糖 : 大さじ1 (お好みで)
- ・水 : 50cc



≡作り方≡

- ① ピーマンは縦半分に切り、ヘタや種を取る。水気をしっかりきって、片栗粉を種をくり抜いた側にまぶしておく。鶏だんごは少し解凍しておく方がよい。
- ② 粉をふった側に、解凍した鶏だんごを2個、ピーマンに詰めていく。(鶏だんごの原型を崩して詰める)
- ③ 熱したフライパンに油をひき、温まったら鶏だんごを詰めた方を下にして、蓋をして5分程中火で焼く。裏返してふたをして、弱火でさらに5分程焼く。
- ④ ③に砂糖をまわし入れ、白だしと水を入れる。絡めるように焼き、汁気が少し無くなるくらいまで様子を見ながら焼く。
*甘さが苦手な人は砂糖の量を加減してください。

産直鶏だんご 240g
次回: 8月1回

白だし900ml
次回: 7月4回

アンケートに答えて
スタンプをためちゃおう!

アンケートはこちら ↓↓

4回発行予定のセンターサポーター通信を読んで、アンケートに答えて、サポーター通信のスタンプをゲット! たまったスタンプの数に応じ、プレゼントをご用意しています(抽選の場合有) 皆様のご参加をお待ちしております♪途中参加OK

メールでのご提出
はこちらから
↓↓↓

通信のご感想・ご意見・サポーターへのメッセージ等もお待ちしております(^_^)

Q.パルシステムのおススメの商品を教えてください♪

商品名: _____

組合員名: _____ 組合員番号: _____

コメント掲載: OK・NG ■不切: 2023/7/21 (金) 送り先: 活動支援課 秋山



組合員開発協力商品を
センターサポーターが試してみました♪



有機知覧抹茶のロールケーキ (かの小豆入り)

産直の有機知覧抹茶をスポンジとクリームに使用。
北海道産小豆かの小豆入り。

甘すぎず、お上品な味わいでした。特に真ん中のクリーム部分が私は気に入りました。驚いたのは、しょっぱいもの好きの2年生の息子は、甘いものに関しては選り好みするのですが…このロールケーキはとても気に入ったようで、自分の分はしっかり食べ終え、更に私の分にもで(しかも一番美味しいクリーム部分をつつり(;.:.))手を出してきました。老若男女問わず家族みんなで楽しめそうです。

次回企画：8月5回



4切 税込376円

アレルギー：
卵・乳・麦・豆



具材たっぷり！ごま香る和風豆乳パスタ

豆乳を使った和風ごまソースに、緑黄色野菜、鶏肉、きのこ(いずれも国産)をトッピング。麺はもちもち食感のフィットチーネ。

何といても内袋ごとお皿に乗せてレンジで約6分で、栄養満点のランチになる手軽さが魅力的！洗い物もお皿とフォークだけ◎生パスタは平麺でももちもち♪どこかほうとうを感じさせるような…かなりの和風味です。具材も沢山入っていますが、それぞれに下味がついているわけではないので、一旦全体をよく混ぜてソースと絡ませてから食べた方が美味しかったです！ひとりだと適量になりがちなランチタイムが贅沢なものになります★

次回企画：8月3回



311g×2
税込646円

アレルギー：
卵・麦・豆



7種の具材が入った中華丼の具

7種の具材(豚肉、白菜、たけのこ、人参、いんげん、もやし、きくらげ)を使用した中華丼の具。

常温保存なのでローリングストックいち推し！災害時にそのまま使うのはもちろん、普段使いとして、ご飯の上に炒めた野菜とこの具をかけてサッと時短料理にも…。ウズラの卵水煮やシーフードを足せばおもてなしの一品に。口に運んだ一口目は味が薄く物足りない？と感じましたが、一口一口味わっていくうちに程好い味わいに整っていく。あんかけ炒飯、あんかけ焼そばにもアレンジ出来、災害時には食べ慣れた食事になる商品です。

次回企画：7月4回



170g×2
税込462円

アレルギー：
乳・麦・えび・豆



このマーク
が目印

組合員
開発



ちゅるっと味付け海藻ミックス

4種の海藻(めかぶ、もずく、赤つのまた、のり)を野菜だしで合わせました。

そのままいただくと、めかぶ独特のネバネバとろーり、シャキシャキ！食感が楽しめました。スープに！と書いてありましたので、鶏ガラと溶き卵と海藻ミックスを入れてスープにしてみました。結果、子ども達に大人気!!スープにすると、もずくが引き立ちます。お手軽海藻スープの出来上がり♪味付きなのであまり味付けしなくてもいただけたのも魅力的でした。身体に良い海藻が手軽に4種類食べられるのが良いです。ちょい足し一品にいかがですか？

次回企画：8月3回



40g×4
税込322円

アレルギー：
麦・豆



産直鶏フライパン焼用 (にんにく醤油味)

産直鶏ムネ肉を成型加工し、衣をつけ、おろしにんにくを生かしたしょうゆベースの味付け。

我が家は夫婦だけですが、メインにして食べてもお腹いっぱいになりました。袋も小ぶり、1つ1つもそんなに大きくなく、フライパン1回で焼く事が出来て楽でした。しっかりニンニクが効いてましたが、味付け自体は濃すぎず、2.3口で食べられてご飯(お酒も)進む味付けでした。産直鶏ならではのしっかりした噛み心地と甘みもあり、最後まで飽きずに食べられました。うちではリピ確定。次回はオイルスプレーをふって、オーブンかトースターで焼いて食べてみたいと思いました。

次回企画：8月1回



250g
税込430円

アレルギー：
麦・豆



白バラカップ清らかバニラコレクション

清らかバニラ、クッキー&クリーム、チョコレート3種6個入り。
大山乳業農協の牛乳使用、コクがありつつもすっきりとしたアイス。

3種類のアイスが楽しめるので、それぞれの味を家族で食べ比べ、楽しいただきました。バニラのみアイスクリームで他の2種類はアイスマルクです。全体的にさっぱりした味なので、この暑い時期にはピッタリのアイスです。そして、量も少なめで、カロリーが市販のアイスに比べて低めなのも身体に優しい！主人は、バニラ、クッキー&クリーム、チョコの順番で美味しいねと話していました。バニラはあっさりして食べやすいけど、バニラの香りがもう少しあった方が好きかな〜と(^ω^)私は全部美味しかったです☆(笑)

次回企画：8月2回



3種g×2
税込626円

アレルギー：
卵・乳・麦・豆



水からラクラク♪鶏だしちゃんこ風うどん

しょうがとごま油を加えた鶏だししょうゆのスープに6種の国産具材を入れた讃岐うどん。

お湯を準備せずに、ただ水と具材のつった麺をお鍋に入れて火をつけるだけ。コツもいらぬのが本当に手軽でした。普段台所に立たない人でも簡単に作れるので、冷凍庫に入っていると便利です。麺にコシがありツルツルとして喉ごしが良く、鶏肉や入っているお野菜も、ごま油が効いたスープもおいしかったです。冷凍庫に常備してある冷凍ほうれん草を入れてみました。よく合いました。

次回企画：8月3回



298g×2
税込538円

アレルギー：
麦・豆

