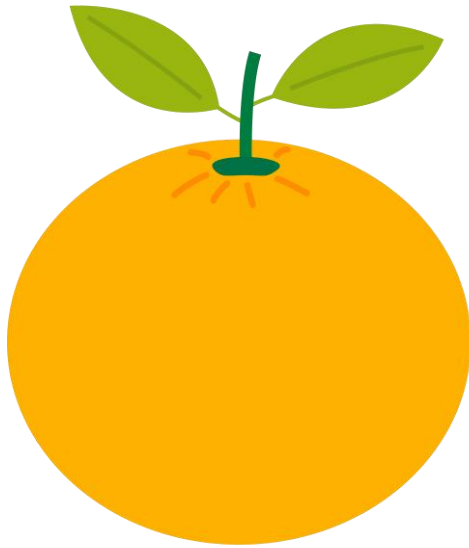


玉川ニュース 12月号

11月1日現在組合員人数 1,810人【世帯利用 10月実績 28,816円】

まち・玉川東ちいき&まち・せたがや共催

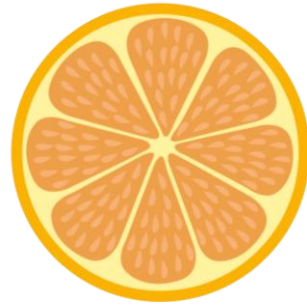
きばる (甘夏) 消費地交流会



年を越したら、甘夏のシーズンがやってきます！

生活クラブの甘夏は市販のものとは違い
防腐剤やヘタ落ち防腐剤を散布したり、
ワックスをかけたりしていません。

有機質肥料 100%で皮まで食べられます。



水俣病公害後に漁業ができなくなり、陸で栽培が始まった甘夏を、生活クラブは長年大切に利用しています。甘夏を減農薬で頑張っているきばるの生産者を熊本・水俣からお招きします。直接会ってお話を聞きますか？美味しいきばるの甘夏、甘夏を使ったお料理やお菓子を作ってお待ちしています。皆さんで、年末年始のお疲れも癒しながら、楽しいひとときを過ごしましょう！
もちろん生活クラブの組合員でない方も大歓迎です！

日時：1月22日(水) 10:30~13:00

場所：深沢区民センター(世田谷区深沢4-33-11)

参加費：無料

試食メニュー：♡ サーモンの甘夏マリネ ♡ チキンのオレンジソース
♡ マーマレードのバタフライケーキ

「ぷるんと固まる甘夏マーマレード」のデモンストレーションをします。

(当日変更有り)

※当日参加OKです。

※託児はありませんが、お子さん連れもちろんOKです！

お醤油リレー

「丸大豆醤油 自然垂れ」 900ml 本体 495 円(税込 535 円)

一年に一度だけ搾られる醤油があるのをご存知ですか？

天然醸造木樽仕込みで、12 カ月醸造。もろみを搾る際余分な圧力を一切かけず、もろみの力で自然に垂れた醤油を瓶詰めしています。風味がよく通常の丸大豆醤油より、味が濃く風味の強い、雑味が少ないのが特徴です。通常の6割しか製品化できないので、年末の特別取り組みとなります。色は薄めなので使い過ぎに注意してくださいね。我が家ではお正月にお刺身等に使っています。

まだ使った事の無い方ぜひ注文してみてくださいね。

丸大豆醤油(自然垂れ)で年末の51、52週の企画になります。

原料はGM対策済。国産原料比率大豆、小麦とも30%。大豆は中国と国産は契約栽培で山形、栃木。強力小麦粉はアメリカ、カナダと国産。添加物不使用。(西尾光子)



◆お醤油を使ったレシピ◆

牛のたたき

年末・年始のパーティーにどうぞ♪



材料(5人分)

牛肉ローストビーフ用ランプ・
ウチモモブロック 500g
塩・胡椒
赤ワイン カップ 3/4
醤油 カップ 1/2
粒入マスタード (or おろしにんにく)
クレソン

作り方

- ① 牛肉を厚さ3~4cmにし室温におき塩・胡椒。
- ② 熱したフライパンにオリーブオイルをひいて6面焼き目を付け、ワインと醤油を加え煮立ちしたらすぐ降ろし、汁がかぶるよう小さい器に移して冷ます。
- ③ 肉の繊維に直角に薄くスライスしてマスタードを加えた煮汁を振り、クレソンを巻く。(元佐浩子)

12月3回の取組み

牛肉ローストビーフ用ランプ・ウチモモブロック 500g 本体 2,269 円(税込 2,451 円)
粒入マスタード 80g 本体 285 円(税込 308 円)

ジンジャークッキー

材料(直径5cmの星型50枚分)

※薄力粉…90g
※国産小麦粉全粒粉…90g
※アーモンドパウダー…20g
※ジンジャーパウダー…小さじ1
※シナモン…小さじ1/2
※ナツメグ…少々
※塩…ひとつまみ

○卵(Mサイズ)…1個

○なたね油…60g

○素精糖…50g

○はちみつ…20g

打ち粉

●下準備 170℃にオーブンを予熱する。

天板にオープンシートを敷く。

※の粉類を合わせてボールにふるう。

○を別のボールでよく混ぜる。

●作り方

①※の粉類をへらなど中央にくぼみを作り、○の合わせた材料を加えてよく混ぜる。

②粉が半分くらい混ざったら、切るようにして混ぜる。

③粉っぽさがなくなり、全体がしっとりしてきたら、生地をボウルの内側に2~3回こすりつけるようにし、生地がなめらかになったらまとめる。

④台の上に打ち粉をし、生地をめん棒で5mm程度の厚さにのばし、型で抜く。

⑤天板に間隔をあけて並べる。余った生地はまとめたのばし、同様に抜く。

⑥170℃で17分焼く。焼きあがったら、ケーキクーラーに移して冷ます。(菅田澄子)



薄力粉



国産小麦粉全粒粉



シナモン



ナツメグ



なたね油



素精糖

2



はちみつ

生活クラブで材料が揃うもの

おしらせ



クリスマスから年末年始の注文・配達スケジュールにご注意ください

配達コース（配達曜日）ごとのスケジュールは右のQRコードで確認できます。



年始の配達は1/6～となります。年末のご注文は多めにご利用ください！

生活クラブの新米、食べてみましたか？

11月、いよいよ生活クラブのお米も新米に切り替わりました！皆さん、召し上がりましたか？5kg、3kg、そして待望の2kgの取り組み、また、無洗米、玄米、胚芽精米などもあります。産地も江部乙（北海道）、一関（岩手）、遊佐（山形）、大崎（宮城）、那須（栃木）、旭（千葉）、伊那（長野）の厳選された肥沃な土地です。どうぞ、いろいろお試しいただき、あなたのこれだ！を見つけてみてください！

予約もできます！詳しくは、eくらぶ、大田センターにお問い合わせください。まちの企画で予約されると、プレゼントがあります！！（コンビーフ、まぐろ缶3点セット、インスタントコーヒー、ホットケーキミックスからお一つ選べます）



豆腐キャンペーンやってます！

共生食品のお豆腐が12月1回、2回に値引きキャンペーンをやっています。詳しくは、カタログ週間生活クラブ東京（パンや豆腐などが載った1枚カタログ）をチェックしてください！



丸大豆醤油の注文

注文書の丸大豆醤油900ml（まちのテーマ消費材）の欄に緑の網がかかります。ご利用ください。

555	556	557	558	559
今	安納芋の焼いも	丸大豆醤油	みそ・袋750g	国産十割こうじ
川		900ml		こうじ1kg
焼				47
415	490	399	370	



10月の利用実績

10月期首組合員人数 1,811人

今年度のまちのテーマ消費材

丸大豆醤油900ml

利用数 **366** 本（前月比 156%）

利用人数 **342** 人（前月比 157%）

ビジョンフード 登録状況

目標数（6, 11, 3月を点検月）に対する達成率

米 **26.5%** あと 108人 前月 +13人

牛乳 **40.3%** あと 110人 前月 +3人

鶏卵 **49.1%** あと 78人 前月 +1人

まち大会の日にちが決まりました。
 2020年3月2日(月)玉川区民会館で開催します。
 詳細は次号でお知らせします。ご予約ください。

【イベントの申込み方法は、下の4つからお選びください】



メール(スマホ・携帯)→



パソコン.....

23区南生活クラブ イベント

検索



FAX..... 03-5748-0314(下記にご記入のうえファックスください)



配達便(下記に記入のうえ次回の配達便で職員にお渡しください)

今なら、まち・玉川のイベントで、
 ビジョンフード(お米・牛乳・鶏卵)を予約した方には、
 ホットケーキミックスをプレゼント!!



まち・玉川

↓参加希望の欄に○印

○印	日付	企画名
	1/22(水)	きばる消費地交流会
お名前		お電話
ご住所		メールアドレス

ご意見・ご要望などお気軽にどうぞ



いただいた個人情報は生活クラブの活動の範囲に限り使用致します。