

◆横浜南エリアブログ <http://palsystem-kanagawayume.lekumo.biz/yume02/>

◆横浜南エリアのメンバーを随時募集しています。〈商品購入だけ〉から一歩ふみ出ませんか？

【エリアニュース・メンバー募集のお問い合わせ】パルシステム神奈川ゆめコース エリア活動課 (045-470-6863、月～金 10～17時)



■エリアメンバーのお気に入り♪ ～洋の朝ごはん編～

朝は一日の始まり、しっかり目を覚まして元気にスタートを切りたいですね。特に育ち盛りの子どもには、ちゃんと食べてほしいもの。定番メニュー、家族が喜ぶお楽しみメニューなど、エリアメンバーが朝食におすすめる商品です。

＊ ＊ ＊

この紙面は「横浜南エリア」が制作しています。今年度上半期、ここでご報告する予定のイベント等はすべて中止になってしまいました。しかしエリアニュースについては今後も発行を続け、このような非常時の中でも、自分たちが出来ることをやっていきたいと思えます。この紙面が同じ組合員である皆さまにとって、少しでもお役に立てば幸いです。(SR)



サラダベース産直ごぼう

パルシステムのPB商品。ごぼうと人参をドレッシングであえ、練りごまや炒りごまを加えています。我が家では、食パンの上にのせ、さらにハムとスライスチーズを重ねてオーブントースターでこんがり焼きます。ごぼうのシャキシャキ感とごま風味のドレッシングが絶妙で、ハムととろり溶けたチーズとも相性抜群です。この一品でボリュームたっぷりの朝ごはんです。(TK)



毎日のマーガリン

たっぷり使えるサイズの380g入り。米油を主原料に作られたソフトタイプのマーガリンです。お料理にも適しています。油脂の加工工程で生成されるトランス脂肪酸の原因となる部分水素添加油脂は使用していません。気になるトランス脂肪酸はぐっと押さえられています。あっさりしているのにコクがあって、毎日食べても飽きません。我が家の朝の定番です。(SS)



5種のチーズフランス

ソフトフランスパンに、ゴーダ・レッドチェダー・モッツアレラ・パルメザン・クリームの5種のナチュラルチーズがのっています。こんがり焼けたチーズとガーリックの香りがたまりません。隔週で登場する商品ですが、月1回程度注文するようにして、我が家のおきメニューにしています。朝が苦手な子どもたちも「今日はチーズフランスだよ」と声をかけると、がばっと起きてきます。(SR)



こんせんプレーンヨーグルト

「毎日が時間との闘い」そんな方におすすめるメニューが、ドライフルーツのヨーグルト漬け。前日に仕込むだけで、時間がおいしく作ってくれる一品です。ヨーグルトにドライフルーツを入れて、冷蔵庫で一晩寝かせます。翌日にはフルーツが水分を吸ってプルプルの食感に。我が家ではトーストと一緒にいただいています。暑い時期ならアイスクリームに添えても。(MY)



豆乳グルト ほか

娘(3歳・反抗期真っ盛り・乳と小麦アレルギー)の朝ごはんは、安定して食べるメニューを固定化。『豆乳グルト(国産大豆の豆乳使用)』の中に、チアシードと『カリフォルニア産種ぬきブルーベリー』を入れて、コーンフレークにかけます。あとは『産直大豆調整豆乳(AB)』と『お米で作ったまあいパン』、3分で準備完了! 豆乳グルトとお米パンは「ぶれーんぺいじ」商品です。(IN)