



スマホ版ブログ

◆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〉から一歩ふみ出しませんか？

【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 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♪ ～年始スペシャル編～

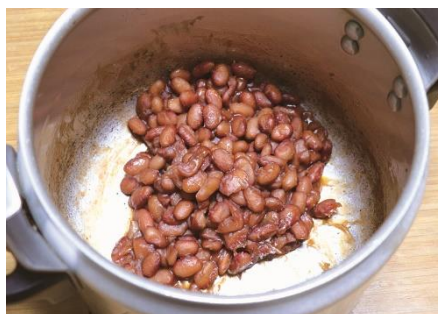
家で食事をする機会は例年以上、2021年も「簡単に、おいしく、楽しく」をシェアしていきます。年の初めから休みなしの台所のヒントに。年始のおすすめメニューをエリアメンバーがご紹介します。※3品はレシピ付き!

* * *

この紙面は「横浜南エリア」が制作しています。今年度、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みなさんにとって、少しでもお役に立てば幸いです。(SR)



圧力鍋で手軽に家庭の味 黒豆

圧力鍋でおせち作りをぐっと手軽に。手作りという大変そうな煮豆ですが、圧力鍋があれば、一昼夜つけ汁に浸した後の調理時間は30分そこそこ。実家の母から教わった黒豆は、つやつやした黒光りは少々弱くても昔ながらの家庭の味です。※写真は金時豆です。※詳しいレシピは、エリアブログ(上記URLまたは2次元コードから)をご覧ください。※圧力鍋は取扱説明書をよく読んで使用してください。(TK)

ベトナム風お汁粉 チュー

お正月は、料理で海外旅行気分! お好みに、ミルクを豆乳に替えたり、お好きな豆類、白玉、フルーツ等でアレンジしてもおいしいです。

作り方 1 ココナッツミルク 200cc、牛乳 100cc、砂糖大さじ2を鍋に入れ、弱火で沸騰直前まで温める。冷たくする場合は、あら熱を取り冷蔵庫へ。2 器に『産直小豆ゆであずき』、茹でたサツマイモ、バナナ、刻んだナッツを盛り付け、1を注いだら完成。(MY)



横浜南エリアのおすすめ 神奈川県農協茶業センターの商品



月1回配布カタログ「いいね! かながわ」に掲載されます。各商品は毎回登場ではありませんので希少です。お見逃しなく! 写真左から、足柄茶緑茶(極)ティーバッグ、箱根山麓紅茶ティーバッグ、足柄茶ほうじ茶ボトル缶。



炊飯器で簡単ローストビーフ

わたしは大きめ角切りに切って食べるのがお気に入りです。冷ましてからお好みのソースでどうぞ!

作り方 1 塊の牛モモ肉に、塩胡椒やお好みのスパイスをすりこみ味をなじませ、1時間ほどかけて室温に戻す。2 フライパンで肉の表面に焼き色を付け、密封袋に入れて炊飯器に入れる。3 沸騰したお湯を袋が浸かるまで入れ、小皿を被せて浮かないようにしてふたをし、保温で40分ほど放置したら完成。(SS)

チーズフォンデュ

わが家の冬の食卓に欠かせないのがチーズフォンデュ。和のお鍋ももちろん家族に人気ですが、こちらもテンション上がるし温まります。

じゃがいもはゆでるより蒸すほうが、むっちりしておいしい。フォークや串で刺しても割れないように、固めに仕上げます。ウイナーは旨みが逃げないようにグツグツ沸かさずに軽く温めます。あつあつとろとろチーズをからめれば、ワインが止まりません。(SR)

