

2013

コープ☆かべB

可部Bコープ委員会

実施日

2013年12月19日(木)

場所

可部公民館・実習室

生協

ひろしま

可部Bコープ委員会

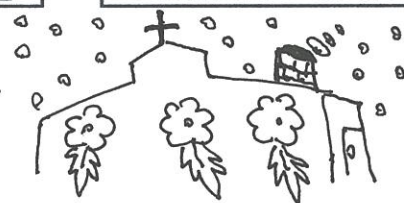
安佐南地域事務所

TEL

082-830-5792



12月の委員会



『オムライス』が商品学習です。人気商品!!
皆さん、もうすでに食べられたのでは、品薄状態
一人に一個 ほんとに「ごちそうさん」でした。

『はたての石焼焼』

オムライスのお皿のほりに、湯がいたブロッコリー
と添えました。フライパンで焼くだけ、冷めてもOK

『クリームチーズ』とマグロとアボガドのクリスマス風オムライス
モzzarellaチーズの変わりにクリームチーズを使いました。
マグロは「ふぞろいの刺身用のマグロ」を使いました。
アボガドは冷凍の物があつたので利用してみました。

カット済みのアボガドの大きさに合わせて、チーズ、マグロも角切りにし、
練りねさび(小) マヨネーズ(大) トマトケチャップ(小) しょう油(小) 塩(小) 砂糖(小)
を合わせ 角切りにした具材を混ぜます。

お皿の中央に混ぜた具材を置きその回りを野菜で囲みます。

トマト(柿田さん宅の) 黒人参(よかんす可部からいただいた)

クレソン(近くの小川に育った) カラーピーマン(余り物)

レタス(コパルで注文)を使いました。

『フルーツケーキ』 組合員自家製です。

ドライフルーツ(レーズン・チリ・アンゼリカなど) 木の实(クルミ
アーモンド・ピーナツ・カシュナツなど)をラム酒で固めに漬けてお
いたものを、たっぷり入れてバターケーキ風に焼き、グラニュー糖をたっぷり
かけておいた物です。日持ちする。コーヒー・紅茶にも合い ふんわりケーキとまた違った口味わいのあるケーキです。

『クレソンとレタス(外葉)のコンソメスープ』
クレソンのほろ辛風味は生に限る感じました。

結婚されたばかりの職員さんが参加して下さいました。末永くお幸せに。
切り取り線

かべBなんでもかんでもポスト

◎商品の事、配送の事、最近の出来事、紙面の感想etc

月 日



参加・お便り
待ってます。

ネーム:

班名:

Tel: