

2012

コープ☆かべB

可部Bコープ委員会
実施日
2012年 7月9日(月)
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

=7月委員会=

スイーツオパイン
アメリカンチェリー

食パンラー油のせ
冷や奴
(めんつゆを少しかけ)
すっかりはまりました。

じゃこピーマン

細切したピーマンに
ラップをかき1分30秒
加熱し、ちいめん・削り
節・しょう油を入れて混ぜる。
火を使わない楽チン料理です。



こんにやくを使った甘酢炒め



今回 こんな注記があったので
ためしてみました。不思議な
食感でした。みなさん一回
やってみてください。

今回の調理で使った材料です。



委員会から お知らせしま〜す!



11月に工場見学を計画しています。
交流の良い機会になったらいいです。
お楽しみに ☺



下記のなんでもかんでもポストに「お便りか」
ちらほら届くようになりました。みなさんの
声や おトクな情報、おすすめ商品など
お寄せ下さい。お待ちしております。

ありがとうございます。
ごぞいませ。

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

ネム:

班名:

Tel:

お書きいただいた個人情報はこのチラシ作成・連絡に使用させていただきます。