

目次	2面「おたがいさま」応援者さんの声
	3面 ●みんなのひろば ●「ネパール大地震 緊急募金」・ 「ななちゃんを救う会募金」報告
	4面 ●クローズアップ ●お便りカード(プレゼントクイズ) ●るるるんクッキング

想いを言葉に
言葉をかたちに

生協かがわ

コープかがわホームページ <http://www.kagawa.coop.or.jp/>

発行・生活協同組合 コープかがわ 香川県高松市新北町14-27 ☎0120-4884-10 (本部)

コープかがわ 検索



コープかがわオリジナル
小豆島手延べそうめん

そうめんがおいしいから こんな風にして食べています!

地元「小豆島」の組合員さんに聞きました!

香川県の郷土料理「なすそうめん」を4面の「るるるんクッキング」でご紹介しています。

- 3kg箱入りを購入。家で使うのに手頃な量、お進物にもよいです。ご飯が足りない時にすぐ湯がけます。(小豆島町 T.Oさん)
- 島で生まれ、島で育ち、そうめんは幼き頃よりよく食べております。少し細めで食感も良くおいしいと思いました。お湯は沸騰して3分が勝負。冷水で洗い、時間はあまり置かないこと。(小豆島町 Sさん)
- 揚げ物の衣に短く折って使うと、同じ材料でもまた変わっておいしい。(土庄町 KYさん)
- 大学生の息子に送っています。保存食になるし、小豆島のそうめんを友達にも振る舞って欲しいですね。(土庄町 C.Yさん)

機関誌
プレゼントクイズに挑戦!
(4面をご覧ください)

コレいいね!

子どもも私もそうめんが大好き。箱買したら他のよりおいしく感じました。うどんじゃないけど、そうめんにもコシがある。ゆでて余ったそうめんは翌日、温かいつゆでにゆめんにします。(観音寺市 M.Tさん)

ゆでたそうめん、納豆、おくら、刻みのり、メカブ、梅をのせてめんつゆをかけるだけ。食欲のない時でもおいしく頂けます。(東かがわ市 マリンさん)

休日のお昼ご飯として、そのまま冷やしそうめんを食べますが、めんつゆに辛めのラー油を入れたり、そうめんの上に錦糸卵やゆでたささ身、大葉をのせて食べたりします。(宇多津町 JJペンさん)

バーベキューに持って行きます。シメに食べると口の中もさっぱりして喜ばれます。(高松市 Y.Sさん)

韓国風に。干しいたけ、いりこ、昆布を3~5時間水につけ煮立て、だしの中に塩を少し入れて冷ます。そうめんを丼に入れスープを注ぎ、キムチ、ナムル等を入れ、自分で味を作って食べます。(観音寺市 Kさん)

そうめんのひやあつ。体が冷えすぎても疲れるので、なすびを油で揚げたもの、生姜、ネギ、卵焼き、しいたけ等々のせて具だくさんで食べます。おかげで夏バテしませんでした。そうめんがおいしいからできる技です。(坂出市 Sさん)

小豆島で食べた流しそうめんがおいしかったので、家で子どもと流しそうめん機を購入して食べています。(高松市 S.Eさん)

ゆでて残ったそうめん

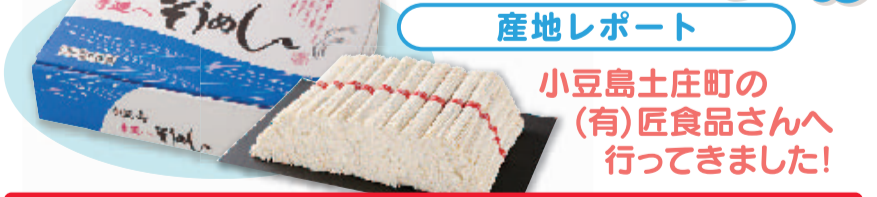
「カリッ!もっちり! お好み焼き」



- 材料(2人分)
- そうめん..... 50g(1束分)
 - 千切りキャベツ..... 4~5枚分
 - 卵..... つなぎとして1束に約1個
 - 塩・コショウ、又は和風だし... 適量
 - ※山芋(すりおろす)、紅ショウガ、天かすなどお好みで
 - 豚肉..... 100g
 - お好み焼ソース、マヨネーズなど

- 作り方
- 1 生地を混ぜ合わせておき、熱したフライパンに油をひいて豚肉を焼き生地を入れる。
 - 2 両面焼いたら火を強め、表面をカリッと焼いて完成。ソース、マヨネーズをお好みで。
- ※ゆでて残ったそうめんを切らずにそのまま使います。
※玉ねぎ、ウインナー、ケチャップ、ピザソースを使うとピザ風!

コープかがわオリジナル 小豆島手延べそうめん



産地レポート

小豆島土庄町の(有)匠食品さんへ行ってきました!

こだわり

- 仕込みから完成まで室内で一貫製造
- 小豆島伝統の「手延べ技法」

伸ばし上げたそうめんを徐々に乾燥させながら、ひっつかないように1本1本丁寧に箸で分けることで、手延べ麺の味となめらかなのどごし、麺のコシが造り上げられます。

組合員さんの「おいしい!」という声一つでも多く聞きたくて、心を込めて造っています。今年もいい素麺ができました。(有)匠食品の皆さん

[取材後の感想] 朝3時から粉を練り、14時間以上かかる熟成、乾燥の作業。生地の状態を最優先し、昼食を中断して作業に戻ることも。品質を保つための努力に感謝です。(編集者/林)

プロが教える ゆで方とポイント

- (有)匠食品 工場長 鎌田さん
- 1 大きめの鍋にたっぷりのお湯(2~3L)を沸騰させ、そうめんをパラパラとさばきながら入れ、箸でほくして混ぜる。
 - 2 ゆで時間は約2分を目安に、噛んでみて芯がなくなれば火を止める。
 - 3 ゆであがったらそうめんを手早くざるにあけ、流水で麺を冷まし、よくもみ洗い。
- ポイント お湯が少なく塩気がそうめんに残ってしまいます!びっくり水は必要ありません。あふれそうになったら火を弱めて調節します。
- ポイント 流水でよく、よくもみ洗い。ぬめりがとれて、麺につやとコシがでます。

手延べに挑戦!!