

クローズ
CLOSE UP!
アップ

14年ぶりに新設!
坂出共同購入センター



＜坂出共同購入センター概要＞

- 配達エリア：坂出市・宇多津町・綾川町
- 世帯数：39,300 世帯
- トラック台数：17 台 (うち個配用 5 台)
- 職員数：14 名
- 所在地：坂出市林田町字番屋前4285番300
- ☎0120-4884-28

坂出共同購入センター
センター長 村尾剛さんに
インタビューしました。

坂出共同購入センターにつ
いて

坂出の地にセンターが出来
るのは21年ぶりです。平成8
年に高松市飯田町に現在の中
部共同購入センターが新築さ
れ、それまであった坂出支所
が統合されました。県内のセ
ンターの新設も14年ぶりとな
ります。

特徴を教えてください

これまで坂出エリアは高松
市の中部共同購入センター
と、善通寺市の西部共同購
入センターから配達していま
したが、もともと坂出にあっ
た物流センターに併設するこ
とで、坂出エリア全域を配達
できるようになりました。



内覧会
(2月1日)の様子
坂出エリア地域理事
さんと、林田地区の
コープ委員さんにお
越しいただきました。

行って
きます!

1月31日より、
元気に出発!



積み込み風景



センター長 村尾さん
勤続 25 年目。こう見
えて甘党、アイス大
好き!趣味は卓球。

センターの雰囲気は?

今回、中部と西部のセン
ターから14名が異動となりま
した。各センターの規模が異
なり、作業手順も違っていた
りするので、初日から、
自分たちで考えて動き、先輩
が若手をサポートする姿があ
りました。コンパ
クトなセンターな
らではのアット
ホームな雰囲気
で、みんなで考え
、何でも言い合える
チーム力を発
揮できるセンター
として
盛り上
げてい
きたい
と思い
ます。

- 個人情報、抽選、発送、コープかがわからのご案内以外には使用致しません。
- お便りカードの声は、機関誌、Facebook、まいこ〜ぶなどに掲載する場合があります。

お便り募集!

応募締切り
4月8日(土)



※写真はイメージです。

お便りカードにクイズの答え
を記入し、地区担当店舗
サービスコーナーへご提出く
ださい。
クイズの正解者の中から、抽
選で20名の方にコープ商品を
プレゼント致します。

※当選発表は、当選者にプレゼント
商品をお渡しして発表に代えさせ
ていただきます。配達担当者、又は
店舗のサービスカウンターにてお渡
しします。
新春号のプレゼントの答えは「西
」でした。(応募総数1199枚)

編集後記

表紙の「だいたつぷりとうふ」の写真撮
影が1月、春のイメージにと、コープの
お店で「桜」と思って買ったお花は「桃」でし
た。がっかりです...
(編集者H)

コープかがわで人気No.1のおとうふは
とうふ

プレゼントクイズ
お便りカード

● 次回5月号「みんなのひろば」のテーマは、「**父母の思い出の味**」です。
エピソードや、受け継いだレシピなどをお寄せください。
テーマ以外の声もお待ちしております!



【下準備】豆腐：1丁を半分に切る。(1人分100g)
鯛・えび：塩、酒少々で下味をつける。

- 作り方
- ① 少し大ぶりの茶碗蒸しの器に豆腐を入れ、周りに具を入れる。
 - ② よく混ぜた卵液を注ぎ入れ(豆腐の上にかぶらない程度)、弱火で15分蒸した後、豆腐の中央を少しスプーンですくい取り、くぼみにうずら卵を割り入れる(写真①)。さらに1~2分蒸す。
 - ③ ②にわさびや卸し生姜を添えていただく。

春の水田と月に見立てた蒸し物
田毎(たごと)蒸し

材料(2人分) 1人前約180kcal

だいたつぷりとうふ 卵液
……………1丁(200g) } 卵1個、だし汁1カップ、塩小
うずら卵……………2個 } さじ14、淡口醤油小さじ13

具

- 鯛(小) 1切れ：半分に切る
- えび2尾：殻をむき背わたを除く
- 青菜少量：塩ゆでし、食べやすく切る
- しめじ少々：子房に分ける



ポイント! 卵液の表面の気泡は取り除くと、きれいに仕上がります。

豆腐を角切りにアレンジ

豆腐を1~1.5cm角に切り、ガラス鉢などに入れ、卵液を注ぎ、具材を入れて蒸す(レンジも可)。上にあん(だし、塩、しょうゆ、片栗粉でとろみをつける)をかけて、生姜などの薬味を添えます。



- 作り方
- ① 鍋に湯をわかし、塩を少量入れて火を止め、豚肉を入れてさっとほぐしてから再び火をつけ(弱火)、肉の色が変わったら取り出す。
 - ② ①の鍋にキャベツとピーマンを入れ、ひと混ぜしてザルに上げておく。
 - ③ 中華鍋にサラダ油大さじ1~2と、ニンニク、生姜を入れて中火で炒め、香りが立ったら豆板醤を入れてさらにひと炒めする。
 - ④ ③に①の豚肉と長ネギを入れてさっと炒めたところに②を加えてひと混ぜし、㊸を回し入れ、全体にからめる。最後にゴマ油をひとふりする。

お料理一年生、お弁当にも
回鍋肉(ホイコーロー)

材料(2人分) 1人前約220kcal

豚バラうす切り肉 サラダ油…大さじ1
……………120g ごま油……………小さじ1
春キャベツの葉(大)…2~3枚 豆板醤…小さじ1/2
ピーマン……………1個 } 酒・醤油・甜麺醤※
長ネギ……………1/2本 } ……各大さじ1/2
ニンニク……………1/2片 } ②砂糖・片栗粉
生姜(みじん切り)…15g } ……各小さじ1/2
※甜麺醤は[味噌+砂糖で代用可]

【下準備】
豚肉：4cm長さ、キャベツ：3~4cm長さの短冊またはざく切り、ピーマン：種をとって短冊切り、長ネギ：斜め輪切り。
見た目を揃えて火の通りを均一に。
㊸は合わせておく。

ポイント! 豚肉は、強火だと肉が固くなるので、いったん火を止めて入れる。



- 手作りドレッシング
- ★ヨーグルトソース(左)90kcal
プレーンヨーグルト大さじ4、オリーブ油大さじ2、レモン汁大さじ1、塩・こしょう少々お好みで、はちみつ、ハーブソルトなど
- ★オーロラソース(右)70kcal
ケチャップ大さじ1、マヨネーズ大さじ3、レモン汁、塩・こしょう少々

作り方
グラスを用意し、レタス等の葉物野菜から広がりを持たせるようにして入れていく。具材を巻いたり、切ったりしてブーケのように仕上げ、お好みのドレッシングでいただく。

スモークサーモンや生ハムを巻いて花に。

目で春を味わって
ブーケサラダ

材料
ささ身、生ハム又はスモークサーモン、ミニトマト、スイートコーン、レタス、ブロッコリー(茹で)などお好みの野菜、盛り付け用のグラス。

色とりどりの材料を揃えましょう。

ポイント! 詰め込みすぎず軽く乗せる。



具材が沈む時は、グラスの底に、レタスなどを重ねて底上げしておくとうい。