

みんなのひろば

今日の
テーマ

からあげ



手作り派

とりモモ肉500gを1口大に切り、にんにく醤油大さじ3(COOPだししょうゆと皮をとったにんにく2:1を瓶に入れ6ヶ月以上おく)に20分位つけ、片栗粉をまぶして180℃でカラッと揚げる。とても美味です。ぜひにんにくの採れる時期に作ってください。
(まんのう町 ネー・ソー・シーばあさん 60代)

鶏肉に辛口の焼肉のたれを大さじ3杯もみ込み、水を大さじ2入れて米粉をまぶして揚げます。外はカリッ、中はとってもジューシー!! 好評です(ハハ)。
(さぬき市 オッケイさん 60代)

しょうがと酒、にんにく、しょうゆで下味をつけて片栗粉をつけ、オリーブオイルで揚げています。たくさん食べてもしつこくないので、お弁当にもおつまみにもGOODです。
(丸亀市 せいこママさん 30代)

前夜に塩こうじに漬け込んでおくと、肉がやわらかくなります。塩こうじの味がしみ込んでいるので、仕事から帰って片栗粉をまぶして揚げただけ。手軽で美味しいです。
(観音寺市 てるてる坊主さん 50代)

結婚した時に主人から「からあげだけはおふくろに聞いて!」と言われて教わりました。使うのは鶏の「ささみ」。珍しいですが、下味をしっかりつけ、隠し味はみりんです。今では私も子どもも「姑味からあげ」です。
(高松市 あ〜とし〜のママさん 40代)

鶏肉1枚を8等分に切り、コンショウ、中華ダシ、にんにくで約半日。揚げる前にオイスター、醤油、卵黄、ビール(炭酸水)、片栗粉を入れ良くまぜて中火で10分弱揚げ、食べる直前に強火で。我が家は鶏6枚分、毎回揚げます。
(高松市 葛西さん 50代)

鶏肉をマヨネーズにからめて10分〜15分ねかせて水で洗い、片栗粉をつけて揚げます。肉はジューシーで外はカリカリ! そのままでも、COOPのポン酢でもサッパリ食べられます。
(さぬき市 土佐の芋天大好きさん 70代)

からあげ漬込用のタレ(ケンショー食品)でいつも作っています。冷めても美味しく食べてたくさん作ります。
(高松市 三原さん 40代)

買う派

生協でからあげといえば、ズバリ!「薄衣の若鶏唐揚げ」です。冷凍食品でいつも企画を希望しています。お店にないので買いだめしようと思っています。年をとってもお肉を!ということで母にも食べさせています。
(さぬき市 みきちゃんさん 60代)



自分の家で作ったからあげには自信が持てず、高松の「板前からあげ とりしん」さん(高松市花ノ宮町3-2-3)で、たまに購入しています。からあげは大好きですが難しいです。
(土庄町 カズッチさん 50代)

丸亀では、城南コミュニティセンター北隣の「かしわや」さんをおすすめします。もちもち感とカリカリ感、程よい塩味、バランスのとれた味にびっくりです。コンビニの味とはまた違い、満足感満点です。一度寄ってみてください!
(丸亀市 エミちゃんさん 80代)

アレンジ派

我が家はコープの冷凍からあげをいつもストックしています。3cm程に切って、水菜やミニトマトと和えてサラダにしたり、親子丼の具にしたり、酢豚ならぬ酢鶏になったりと、大変重宝しています。又、炊き込みご飯に入れると鶏肉のように固くならないので食べやすいです。
(丸亀市 ラブキャットさん 50代)

たくさん作って余ったからあげを一口くらいに切り、野菜と一緒に煮て、たまごを落として「からあげ丼」を作ります。子どもたちが大好きです。
(高松市 S.Aさん 30代)

新春号テーマ 「わが家の雑煮」



白みそあんもち派の方も、そうでない方も、わが家の雑煮を教えてください。初めて食べた(作った)あんもち雑煮エピソードもお待ちしております。



お雑煮写真大募集!

左のQRコードを読み取り、写真を添付し、お名前を入力の上、送信してください。

サブのママさんより
皆さんありがとうございました。参考にして長生きしてもらいます。



▲サブくん(8才)

・シニアに入るのでエサは年令にあったものが良いです。(ゆんこさん)
・予防接種と血液検査を定期的に!(じゅりままさん)
・体重管理が大事です。(みーこさん)

サブのママさんから「教えて! 8才のネコの気を付ける点に」お返事いただきました。

炊き立てのご飯おいしいんですけど、私も実は冷やご飯大好きです。手にお塩をつけてにぎって黒コメ&のりを巻いたのが大好き。これがあれば何もいらない! 同じ思いの人がいてくれて嬉しい。普通寺市 ふーちゃんさん

編集後記の「冷やご飯好き」
『くりやさんのしゃもじ』でも使いたくて、初めて使った日はとても感動しました。すごく使いやすいので、実家の母にもプレゼントしたほどです。
高松市 さかなさん

機関誌9月号に
寄せられたメッセージ
くりやさんのしゃもじ

お便りのアイデアが楽しみ
お便りでアイデアがいっぱい載っているのを読むのが楽しみです。同じことを考えている人や、やってみたいというアイデアを教えてください。ワクワクして見えます。食生活に変化が生まれてちょうどハジケテます。最近。丸亀市 内海さん

あんもちのアレンジ
あんもちをピザのように焼いてチーズをかける塩味がきいてとても食べやすいです。また、ピザを作る時、生地がめんどうな時、おにぎりをのばしてその上にいろいろトッピングすると美味しいですよ。
丸亀市 大島さん

何 でもお便りコーナー



キャラクター
たちが
お出迎え!



開場して10分、果物と野菜コーナーが一番の賑わい。

野菜
つめ放題!

10月1日@ 生協まつり写真館

会場のサンメッセ香川に約2万人の方々に
お越し頂きました。ありがとうございました。



コーすけとの
じゃんけん大会



今年から軽車両での配
達もスタートしました!

JAF
こども免許証
もらったよ~



初めて来ました、
楽しかったです!
(さぬき市 石井さん)



もち豚生産者の
太田さんご家族