

ふるさとの味を食べ比べ

みんなのくらしの知恵を持ちよって、おいしく変身させてくれたよ!

香川県 すいとん

すいとん生地の作り方

- すいとんの粉 400g
- 水 400~420cc

Spoonで生地をまぜる。
 Spoonでロータをすく、お汁の中へ



お汁の具材

- おいしいすいとんの粉
- 讃岐もち豚
- coops 豚汁の具
- 青ねぎ



※写真は調理例です。

- もちもち、ふわふわでやわらかい!
- この食感なら、みたらし団子が作れるんでないかな? ふわふわでおいしい。
- あたたまるし、みそ味が食欲をそそります。
- 子どもの頃、よく作ってもらっていた「すいとん」子どもの頃大好きだったことを思い出しました。

(普通寺エリア委員長交流会メンバー)



ひつまみ 岩手県

ひつまみ生地の作り方

- すいとんの粉 400g
- 塩 大さじ 1 1/2
- 水 300cc

よくこねて、30分以上冷蔵庫でねかせる。
 手でつまんで、ちぎるようしてお汁の中へ。

※写真は調理例です。

- コシがあって、うどんのような食感!
- 生地が平たく、はしのヒラヒラしているところがおいしい♡
- もろもろした食感と、野菜もたくさんとれて、あたたまる感じがいい。

関東 おでん



※写真は調理例です。

おでんのちくわぶの代用に使ってくれているんだ〜よ



- ひつまみとすいとんのちゅうどあいてのかわさだね。
- おでんや鍋に入れるという発想がなかったもなるほど!

香川ではちくわぶがお店にあまり並んでいません。そこで、このすいとんの粉を少しかたみにといて、おでんの具材に入れていきます。ちくわぶは長いまま使わず、乱切りに入れて煮込むので、すいとんの粉での代用は大きさもちょうど良く、味しみも良いので気に入っています。

おやき 信州



※写真は調理例です。

- 大根葉を入れたおやき。焼いてもよし、蒸してもよし。すいとん以外に作れるアイデアがすごい! と思いました。
- お酒の肴にもなりますね。

これから、ぎゅうざや肉まん、ピザの生地にも使ってみてね。

おでんに使った大根の葉が余っていたので、豚汁用の豚肉を少しミンチにして、みじん切りにした大根の葉と炒め、みりん・だししょうゆ・酒で味つけ。ひつまみの生地より固めにこねた生地を包んで、フライパンで両面を焼き、ポン酢でいただきます。余り物で一品です。

すいとんくんを通して驚きと発見のプチ旅行に行った気分です! また知らない場所へ連れて行ってね!



ほくも ビックリ! こんなに変身できるとは! 次はどんな術でみんなのところに遊びに行こうかな。

おたよりを募集しています!

この情報誌を読んだ感想や日々のくらしの出来事などをお便りカードに書いて教えてください。お寄せ頂いたお便りの内容は機関誌等の広報物に掲載させて頂く場合がございます。ご了承ください。

締切
2月21日(土)



にっこく
おいしいすいとん
(400g)

今回のプレゼント

紙面の感想などお便りを頂いた方の中から抽選で25名の方に右記の賞品をプレゼント! 当選は賞品のお届けをもってかえさせていただきます。共同購入・個配をご利用の方は、配達時にお届けします。店舗のみご利用の方は、サービスコーナーでのお渡しとなります。

この情報誌に関するお問合せはこちらまで
コープかがわ 組合員活動部

受付時間 / 月~土(9:00~18:00) 祝祭日も受け付けます。

0120-4884-30

〒760-8504 高松市新北町 14-27 ☎087-835-6806

お便りカード

共同購入、個配のご利用者は、地区担当に直接手渡し頂くか、注文書にクリップ止めをしてご提出ください。

くらしの中で、うれしかったこと、困ったこと、気になることなど、なんでもお寄せください。

もちろん、読んだ感想もお待ちしています!

● お名前 (ペンネーム可)

● 組合員コード (コープカードの8桁の番号)

※プレゼントのお届けに必要となりますので、組合員コードは必ずお書きください。

※個人情報(広報物への掲載に関する連絡やプレゼントのお届け)に活用いたします。 ※お名前欄にご記入頂いている内容(お名前・ペンネーム)で、情報誌に掲載いたします。

生協 使用欄	センター or 店名	コースCD	受付者名	センター・店舗 ↓ 組合員活動部行き
-----------	------------	-------	------	--------------------------