

# 我が家の推し商品

組合員に  
聞きました!

コープファミリー  
裏表紙掲載



**804**  
215953  
CO-OP 骨取りさばの味噌煮(3袋)  
年間家計応援!  
本体 **598円**  
(税込646円)

魚嫌いの5歳の子どもが「これおいしい!おかわりしたい!」とパクパク食べてくれます。味はもちろんのこと、骨もなく食べやすいところが気に入っているようです。調理も簡単なので、冷凍庫に欠かせません!!

とやま生協 あきゆうかさん(40代)

昔給食に出ていた大人気のさばの味噌煮にそっくりで、懐かしくておいしいです。骨もなく柔らかくてごはんがすすむ味付けです。

福井県民生協 aoさん(30代)

## CO-OP 骨取りさばの味噌煮を使ったアレンジレシピ

### サバのカレーうどん

レシピ投稿者 金沢市 キルトさん



【材料(2人分)】  
CO-OP 骨取りさばの味噌煮 …… 2切  
カレー粉 …… 大さじ1  
片栗粉 …… 大さじ1  
小麦粉 …… 大さじ1  
水 …… 大さじ5 } (A)  
しょうゆ …… 大さじ3・1/2  
みりん …… 大さじ2 } (B)  
だし汁 …… 600ml  
長ねぎ …… 1/2本  
冷凍うどん …… 2玉

#### 【作り方】

- ①長ねぎは5mm幅の斜めに切る。
- ②Aをよく混ぜ合わせておく。
- ③鍋にだし汁とBを入れ煮立て、CO-OP 骨取りさばの味噌煮を加える。
- ④③に冷凍うどんと長ねぎを加え煮込み、②を加えて1~2分煮込む。
- ⑤仕上げに長ねぎ(分量外)をトッピングする。

## じわもーる

### 年末年始のご準備に! 年末限定商品のご案内

#### お飾り

新年のご準備をお忘れなく!

じわもーる 7ページ

103567 小勝尾 出島農園(金沢メ飾り組合) 1本 本体 **780円** (税込858円)

103913 中勝尾 出島農園(金沢メ飾り組合) 1本 本体 **880円** (税込968円)

#### お花

年末年始を華やかに!

じわもーる 8ページ

器なし  
お届け寸法:約40cm  
ゼロファン巻

1097 今回のみ 104870

フリージアと かすみの花束 1セット 本体 **1,280円** (税込1,408円)

かすみ…1本  
フリージア(黄)…5本

#### お菓子

毎年大人気! 手土産にもおすすめ

じわもーる 11ページ

ゆずあん

ミニサイズのかわいい紅白の梅形の最中にゆずあんを入れました。

箱サイズ 約23×14×3(cm)

1120 次回未定 57kcal 産量0g

山中石川屋 玉福 15個 本体 **2,200円** (税込2,376円)

賞30日 山中石川屋 主原料:白生餡(国内製造)

#### お餅

昆布入りのお餅は今季最終です!

じわもーる 12ページ

白山もち米使用・塩入り  
昆布が入ったのし餅を食べやすくカットしてお届けします。

21枚入

108725 2457kcal 産量7.7g

昆布徳用切餅 1kg 本体 **1,500円** (税込1,620円)

賞3カ月 六星 主原料:水稲もち米(石川県白山市産)

ポイント  
プレゼント  
クイズ!

Q コープの宅配ポイントは  ? ポイント(10)を  ? 円として、コープ宅配の商品代金として使用できます!(ヒント:4ページ)

選択番号 ①…200 ②…500 ③…1,000

注文番号 **348970**

応募6桁番号

●注文用紙の6桁注文欄に上記の6桁番号を、注文数欄に選択番号をご記入ください  
●正解者全員に1ポイント、抽選で10名に50ポイント

前回の答え…2

商品利用+クイズ正解者に1ポイント。(請求金額が0円以下の場合にはポイント付与されません。)抽選で10名に50ポイントプレゼント。2週先の個人別お届け表明細に記載されます。