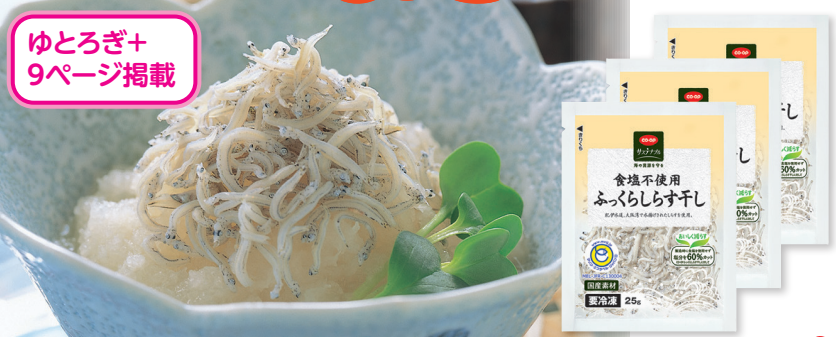


# 我が家の推し商品



組合員に  
聞きました!



ゆとろぎ+  
9ページ掲載

**956 凍**  
270145  
CO-OP **食塩不使用ふっくらしらす干し**  
(個食パック) 25g×3袋 (税込410円)  
年間家計応援!  
本体 **380円**

食塩不使用なので離乳食によく使っています! 解凍して温かいご飯にこのしらすとごま油、大葉をのせてしらす丼にも。大人も子どもも安心して、おいしく食べられる商品だと思います! **コープいしかわ みやみうママさん (20代)**

離乳食で使い始めました。食べる分だけポキッと折ることもできるので、便利で重宝していました。幼児食になった今でもふりかけにプラスしてご飯と混ぜてあげています。食塩不使用なのでいろいろな食材に混ぜやすく本当に便利!  
**コープいしかわ 組合員さん(30代)**

## 食塩不使用ふっくらしらす干しを使ったアレンジレシピ

### 時短!手抜き豆腐ハンバーグ

レシピ投稿者 **能美市 ばーばたんさん**



【材料(2人分)】  
CO-OP 食塩不使用ふっくらしらす干し…1パック  
絹豆腐…1丁  
卵…1個  
小麦粉…大さじ3  
かつお節…1袋  
黒ごま…大さじ2  
しょうゆ…大さじ1・1/2

【作り方】  
① ボウルに絹豆腐、しらす、卵を入れて混ぜる。  
② ①にAを加えて混ぜ合わせる。  
③ フライパンに油(分量外)を熱し、スプーンで②をすくい落して両面を焼く。

塩抜きしなくていいので、離乳食にとっても重宝しています! あったかいご飯の中に混ぜ込んだり、卵焼きの具材にしたりと、手軽にたんぱく質をとれるので助かります!  
**とやま生協 なっちゃんさん (30代)**

# じわもーる 石川県の伝統的発酵食品 かぶら寿し特集



石川県の伝統的発酵食品「かぶら寿し」。じわもーるでも多くのメーカーのかぶら寿しを取り扱っていますが、各メーカーによってこだわりや特徴があり、組合員の皆さんもそれぞれお気に入りのメーカーのかぶら寿しがあると思います。

1月4回のじわもーるでは3社のかぶら寿しを表紙にて掲載しています。ぜひこの機会に食べ比べをしていただき、それぞれのこだわり・違いを味わっていただきたいと思います。

今回より金沢の老舗、四十萬谷本舗の「金城かぶら寿し」の取り扱いがスタートしました。四十萬谷本舗の四十萬谷専務は「当社のかぶら寿しは百万石青首かぶらいしくろたねこうじてんに、低温熟成させた国産天然鰯を挟み込み、石黒種麴店(富山県南砺市)※の麴をベースに職人が仕上げた漬け床で漬け込んでおります」と、自信をもって語ります。

1月4回では四十萬谷本舗以外に、三和食品とカネナカ食品のかぶら寿しを掲載しています。他にも、じわもーるでは、旭食品、壺屋、ぶった農産、ヤマキ漬物のかぶら寿しを掲載しています。ぜひご利用いただき、一番のお気に入りを見つけてみてはいかがでしょうか。

※石黒種麴店…明治28年創業、北陸唯一の種麴店

1月4回のじわもーる表紙ではかぶら寿し特集を実施中!



**ポイントプレゼントクイズ!**

1月20日(月)、情報・報道番組「**?**さんパレット」にコープいしかわの職員が登場! お得な情報をお知らせします♪ (ヒント: 表紙)

選択番号 ①…福井 ②…石川 ③…富山

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… **3**

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。