

ハッピー♪パル おやま

VOL. 2

発行日 : 2022年2月28日
発行 : パルシステム茨城 栃木
おやまセンター委員会
発行責任者: パルシステム栃木センター長 黒沼
問合せ先 : 0120-390-433

お祝い事が多くなる季節、きれいで華やかなケーキ寿司でお祝いしてみませんか？型は牛乳パックでお手軽に、子どもと一緒に楽しく飾るのもおすすめです♪

♥牛乳パックで作るちらし寿司ケーキ♥

材料(4人分)

五目寿司の素・・・200g
ごはん・・・・・・・・3合分
卵・・・・・・・・・・2個
小松菜・・・・・・・・80g
いくら醤油漬け・・適量
サラダえび・・・・適量
きざみ紅生姜・・・・適量
桜そぼろ・・・・・・適量
きゅうり・・・・・・適量



作り方

- ①よく洗って乾かした牛乳パックの側面を1面切り取り、注ぎ口を折り込んで長方形に整えて、テープなどで外側から留める。
- ②ごはんを『五目ずしの素』を混ぜ合わせ、五目ずしを作る。牛乳パックに5分目くらいまでまんべんなく敷き詰め、押しかためる。スプーンの背などを使い、ごはんをしっかり押しかためると、きれいな四角形にでき上がります。
- ③さっとゆでた小松菜をきざみ、(2)の上にまんべんなくちらす。その上に残りの五目ずしを8分目くらいまで入れ、ギュッと押しかためる。
- ④煎り卵を作り、(3)にのせる。キッチンばさみで箱を切り開いて、器に盛る。いくらなど好みの具材を飾りつける。

こどもの日、鯉のぼり型のケーキ寿司♪ビニール手袋を水で濡らしながら形を作るとごはんがくっつかなくて良いですよ♪

型やトッピング、 こんなアレンジもおすすめです♪



ひな祭り、大きなフラワーゼリーの型で海老たっぷりケーキ寿司♪ソフトシェルシュリンプで殻ごと食べられてカルシウムもたっぷりです♪



材料はパルシステムで注文♪

五目ずしの素があれば炊き立てごはんに混ぜるだけ♪にんじん、たけのこ、かんぴょう、しいたけ、れんこん、油あげはすべて国産、大きめカットで見た目も華やかです。化学調味料では出せないやさしい味わいが人気！りんご酢を加えてまろやかな酸味に仕上げているので子どもにも食べやすいと好評です。トッピングも一緒に注文すると良いですね♪



商品紹介

「産直もずくのスープ 4.3g×5」

美ら海の恵み、手軽なスープにお湯だけ簡単！しかも化学調味料不使用。

産直産地沖縄県恩納村の太もずくに、葉ねぎ、みつば、ゆずをちらしあっさり仕上げたフリーズドライスープ。ツルツとのどごしのよいあったかスープが楽しめます。しょうゆをベースにかつお節、昆布などだしとうまみがきいています。

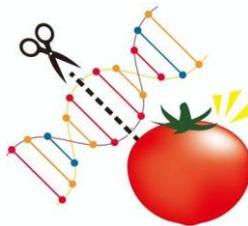


商品統括活動主催「ゲノム編集を知っていますか？」

1/22(土) zoom オンラインによるゲノム編集食品と食の安全についての学習会が開催されました。これからの食の安全にかかわるゲノム編集、一部内容をご紹介します。

ゲノム編集ってなんだろう？

狙った遺伝子をピンポイントで切断し変異を起こさせる遺伝子改変技術。ゲノム=細胞に含まれる DNA 全塩基配列(タンパク質の設計図)のこと。



センター委員も参加しました！

ゲノムって聞くけどどういうこと？と漠然と恐れていたが、今回のゲノム編集食品についての講義を聞いておいて良かった！というのが率直な感想です。

一人でも多くの方にこの内容を知って欲しいと思いました。自分だけではなく次世代への影響についても今後、学んでいけると良いかと思えます。

私達に出来ることは人工的に操作された物に対して「NO」と声を大にして発信することではないでしょうか？

すごい技術？何が問題視されているの？

- ・自然の突然変異と同じではなく、食品では予想外の毒性やアレルギーを引き起こす恐れがある。
- ・安全確認のない未完の技術、統一された評価法もない。
- ・遺伝子組み換えの技術と同等。
- ・環境リスク、動物実験への影響。
- ・日本は規制不要、表示不要を決定。

安全性が確認されていないのに**規制不要、表示不要**という点が心配だわ。



ゲノム編集動物で角のない牛も誕生していて悲しいモ〜。受精卵にモザイクが入り失敗した動物は全生涯、数世代に渡ってのフォローが必要になってしまうモ〜。

ウェ〜ン

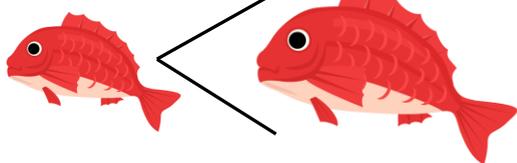


4コママンガ

中学校の制服



1.5倍！



筋肉生産抑制遺伝子を壊した肉の量が1.5倍のマダイも誕生。大きければ良いのかな？安全かわからないのに食べるのは心配。

食の安全を守るために私たちができること

- ・自治体条例でゲノム編集食品を規制。
- ・食品企業への働きかけ。
- ・表示を求める署名活動に参加。
- ・消費者として「買わない」「植えない」「食べない」

おやまセンター委員会、本年度もありがとうございました！

コロナ渦での委員会活動でしたが、オンラインで Zoom 企画など、新たなことに挑戦してより活動の幅が広がった年でした。来年度も、リアル、オンライン、状況に合わせて充実したおやまセンター委員会にしていきますのでよろしく願いいたします。