



桜の花が満開になり、花の香りが風によって運ばれてきます。いろいろな形で希望にあふれる春を感じます。皆様 いかがお過ごしでしょうか？



「つちうらセンター委員会」主催企画

2021年度

2回シリーズ



「選ぶで変わる」ほんもの実感くらしづくりアクション 2021



2回目「オンラインつちうらパルの会」報告



★2022年2月15日(火) 2回目オンライン「つちうらパルの会」を開催しました♪

前回の1回目パルの会は、重点商品「圧搾一番しぼり菜種油 1250g」と「産直大豆無調整豆乳 (AB)」についてPLAによる商品学習会で、しっかりと学びました。2回目は前回学んだおさらいO×クイズで盛り上げ、その後、センター委員会で作り上げたレシピ動画をナレーション付きで紹介しました。後半は重点商品を使ったアレンジメニューについても紹介し合いながら楽しく交流することができました(^\_^)

作り方を動画ナレーション付きで紹介♪

★フライパン de 豆乳湯葉

- ・産直大豆無調整豆乳 1ℓを弱火で温める。
- ・じっくり加熱することで表面に膜ができる。なんと！この膜が湯葉です
- ・膜の下に菜箸をスーッと入れてすくい上げる
- ・美味しい食べ方は、やっぱりすくい立てのアツアツをわさびしょうゆで食べるのがおすすめです！



なんと豆乳 1ℓから 165gの湯葉がとれました

湯葉をエビに巻いて天ぷらにしてみました。湯葉との相性ピッタリ！



大豆の甘みと、絶妙な食感！家庭でも簡単に作られて美味しい♪

菜種油 & 豆乳のアイデア活用法

帆立野菜サラダに手作り人参ドレッシングでさらに美味しく



菜種油と豆乳を使ってシフォンケーキに！



菜種油でカリッと揚げてアジの南蛮漬けに！



豆乳黒みつきな粉ラテ！



★参加者の声★

- オンラインでしたが、ほのぼのと楽しい時間を皆さんと共有できました。
- コロナでギスギスした気持ちに灯りが差し込みました。「ありがとうございました」
- いただいたレシピどれも美味しい。作り方を動画で観られてわかり易かった。
- 他のオンライン交流では発言する機会がなかったが、今回のパルの会は全員がミュートを解除して双方向のおしゃべりができて、とても楽しかった♪





### 3/4(金)パルシステム生産者・消費者交流会

第22回パルシステム生産者・消費者交流会が「本部会場・オンライン」からの参加で開催されました。茨城県内外の13の産直産地の生産者の方とzoomで繋がることができました。生産の様子や現地の説明を受けた後、グループに分かれて交流をしました。

#### 《産地からの現在の共通問題点》

- 気候や環境の変化が生産に大きく影響を受ける
- 飼料や燃料などのコスト増
- コロナ禍で外国からの人材が少ない等・・・



★昨今の社会状況の影響を受け、これからの問題を解決するには、どうしたらよいか。生産者だけでは解決することができません。国や消費者の皆様にも考えていただきたいと感じました。今回の交流会を開いたことでお互いの立場を理解することができ、大変意義のある交流会でした。



いいものを作るほど手間はかかる。消費者の理解・協力は大切！



### 組合員の皆さんにお知らせ♪

2022年度さまざまな企画（調理学習、オンライン学習会、交流会）を計画しています。オンラインの活用と以前のようなみんなで集う集合型企画・交流を再開していきます。

食と緑の交流事業は、「田んぼの学校、畑の学校、きのこの学校」のコースがあり、近隣産直産地 JA つくば市谷田部との大人気農作業体験が2年ぶりに再開されるなど、コロナ禍でも参加人数や回数、オンライン観察会などを取り入れ実施予定です。また、各エリアにおいてはセンター委員会による企画が催されます。このゆびとーまれ、各エリアから発行される広報紙をお見逃しなく♪



### <4月26日(火)春のエリア別総代説明会>

会場：パルシステム茨城 栃木 スマイルパル土浦館 時間：10：00～12：00  
事業や活動への説明会があります。総代の皆さまには案内が封書で届きます。出欠返信をお願いします。意見を出して声をお聞かせください。

### (～各センター委員による商品モニター活動 3月～)

有機むきぐり (割れ栗) 96g 96円 (税込み104円)



★自然の風味と旨味をそのまま生かしました。

- ・ 有機 JAS 規格に基づき中国河北省で生産加工。カット栗や割れ栗も無駄なく入っています。よくある甘い味付けではないので、そのまま食べても、ケーキなどの材料にもおいしい。



コトコト・きなり企画予定 5/1回、6/1回

#### <栗甘納豆の作り方>

- ① 小鍋に花見糖大さじ1、水大さじ1を入れて煮立たせる。砂糖が溶けたら、むきぐりを入れて全体にからめる。
- ② 容器にグラニュー糖大さじ1を入れておいた中に、シロップをからめておいたむきぐりを入れて、グラニュー糖を全体にからめて完成。



鹿児島県知覧産有機栽培和紅茶ティーバッグ 2g x 14P 348円 (税込み376円)

★ほんのり甘く優しい香りが特徴の和紅茶です。

- ・ 塗木製茶工場では、「べにふうき」「かなやみどり」「やぶきた」「くらさわ」の4品種で紅茶を製造。



紅茶の渋みは強くない、日本茶のような甘みも感じました♪



コトコト・きなり企画予定 5/2回、6/2回

#### ～『わたしの organic』別チラシをご存知ですか～

JAS 有機認証された原料を使った調味料や乾物、お菓子など幅広い種類の品々が載っています。生産者さんのエピソードも掲載されています。食べるものを作ってください生産者さんに感謝して大事に食べたくなるものばかりです。次回配布は5月1回です。(2カ月に1度発行予定)

お問合せ先：パルシステム茨城 栃木 つちうらセンター組合員活動専用  
0800-800-6664 (9：00～17：00 月～金)

◆お預かりした個人情報、参加集約や連絡の目的以外には使用しません。