ハッピー♪パルおやま

２０２４年度テーマ「パルで体感!! わくわく発見!?」
～目で見て・感じて・未来へつなげよう～

発行日　２０２４年　４月２９日　VOL ５０
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

おいしい珈琲の入れ方

小川珈琲さんを講師に迎え、おいしい珈琲の入れ方教室を開催します。

開催日時	２０２４年６月１２日（水） １０：３０～１２：３０　（受付 10:15 ～）
場　　所	パルシステム茨城 栃木　栃木センター 栃木県小山市横倉新田１９８-１
募集人数	１５名程度
参 加 費	３００円 ※ご利用口座より引き落としとなります
持 ち 物	エプロン・三角巾・マスク・筆記用具
託　　児	定員３名　お子さま一人につき５００円 ※４月１日より変更となりました
申込方法	下記申込書または二次元コードより申込みください
締め切り	５月１７日（金）

10:30 ～ 11:10 講座
11:10 ～ 11:40 珈琲ドリップ体験
２種類飲み比べ
11:40 ～ 12:30 質疑応答・交流会
おいしい珈琲と軽食つき

かんたん梅干しづくり

産直梅を使った簡単梅干しづくりです。チャック付き保存袋で簡単に出来ます!!
みなさんのご参加お待ちしています。軽食付きです♬

開催日時	２０２４年６月１７日（月） １０：３０～１２：３０　（受付 10:15 ～）
場　　所	パルシステム茨城 栃木　栃木センター　栃木県小山市横倉新田１９８-１
募集人数	１２名程度
講　　師	PLA（パルシステム・ライフアシスタント）
参 加 費	５００円 ※ご利用口座より引き落としとなります
持 ち 物	エプロン・三角巾・マスク・飲み物・筆記用具 20cm 以上の大きさのボウル・ザル・ふきんまたはタオル
託　　児	定員３名　お子さま一人につき５００円 ※４月１日より変更となりました
申込方法	下記申込書または二次元コードより申込みください
締め切り	５月１７日（金）

きりとり

申込書　　※　注文書と一緒に提出してください　締切　5/17(金)

参加希望にレ点を付けてください	□ おいしい珈琲の入れ方	□ 梅干しをつくろう	
コース番号	――	――	――	組合員番号
組合員名			
日中繋がる電話番号			
参加者氏名（ふりがな）　年代　代		参加者氏名（ふりがな）　年代　代	
託児申し込み　お子さん氏名（ふりがな）		性別：男　・　女	
お子さんの生年月日（西暦）　年　月　日　アレルギー　無　・　有（　）			

２０２４年度　おやまセンター委員会メンバー紹介

新メンバー３名増えました!! 今年度もよろしくお願いします (^^)/

センター委員会メンバーのおすすめ「お魚」を紹介します

銀だら西京漬

上品に脂が乗った銀だらに、甘すぎない米麹の西京だれに漬けられた品は、癖がなくとても食べやすく、毎回注文する私のオススメです。

今年からセンター委員のメンバーになりこのようにお勧めの一品をご紹介出来るのが嬉しいです。これからもよろしくお願いします

Y・A

骨取り塩さばの小さな切り身

お気に入りはまだ無いのが正直なところです。カタログで汎用出来そうだと思いました。

いいと思ったらまずやってみることを指針にしています。パルシステムの安心安全な食を目指すことに賛同し、一般組合員より少し内側で関わりたいと考えています。

M・S

銚子産いわしのつみれ

おかずが物足りないかも・・な時にお味噌汁に入れています。旨みも出て美味しい!! 育ち盛りの子のタンパク質ゲットにも役立っています。

楽しく活動しつつ、学びがあると良いなと思っています！

よろしくお願いします。

M・S

アイスランド産子持ち からふとししゃも 200g

小骨のある魚を嫌がっていた娘がとても気に入り、何度もリピートしている商品です。太めで卵がたっぷり！頭から尻尾まで丸ごと無駄なく頂けるところがお気に入りです。グリルでカリカリに焼いて、醤油・七味マヨをつける食べ方が一番好きです♬

Y・T

シンプルに焼いて２・３匹頂きます。他の食材や和洋中合いますね。

J・O

骨取りノルウェー産 塩さばフィーレ

冷凍庫に必ず常備している塩さばフィーレ旨みたっぷりの脂と程よい塩加減がご飯を加速させます!!

H・Y

秋鮭スモークサーモン切り落とし

サラダやサンドイッチにもオススメ!!

Y・S

礼文島船舶の産直 旬の真ほっけ開き

脂が乗っていて、ふっくらした身でとても美味しいです。子どもも焼き魚で一番好きです。

M・O

おすすめ商品ご紹介

産直野菜で作った糖しぼり大根

２個２５０g　３０８円（税込３３３円）

- ２００７年パルシステム東京の組合員による商品開発
- 産地産直で農薬削減に取り組んで育てた大根を使用
- 砂糖、塩、米酢のみ
- 化学調味料や甘味料は不使用
- 糖しぼりとは・・糖分や塩分の浸透圧を利用して水分を抜く方法。調味料に漬けるのではなく砂糖や塩をじかに振ってしっかりと水分を抜くことで、パリッとした食感が生まれる

産直大葉ノンオイルドレッシング

２００ml　３５８円（税込３８７円）

- ２０２２年パルシステム千葉の組合員による商品開発（リニューアル）
- 醤油　中国産大豆⇒国産大豆へ変更
- 砂糖　海外原料⇒PB「花見糖」へ変更
- 大葉のカットを大きめにし、香りを引き出す
- 寒天でとろみをつけ、食材に絡みやすい
- 産直産地熊本県フレッシュダイレクトのエコチャレンジの大葉のみ使用

センター委員が食べてみました

この甘さが癖になる美味しさ。ついつい一枚、また一枚と食べてしまいます。グリンリーフさんに教えていただいた、糖しぼり大根のレシピをご紹介します。幅 1.5cm 程に切り、真ん中に 2/3 程切り込みを入れます。そこへ適度な大きさにカットしたスライスチーズとシソを挟むだけ！ おススメです!!

H・Y