

陽だまり



おすすめ商品①／産直野菜で作った糖しぼり大根 2個250g

原料の大根は、産直産地で農薬削減に取り組んで育てた大根を使用。

「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。調味液に漬けるのではなく、砂糖や塩をじかにふってしっかり水分を抜くことで、パリッとした食感が生まれます。素材の味を生かすため、化学調味料や甘味料は使わず、家庭で使う調味料と同じ、砂糖、食塩、米酢のみでシンプルに漬け込みました。



・パリッパリと、歯ごたえは家族皆大好き。あと引く味で、一袋直ぐ食べ切ってしまいます。



おすすめ商品②／産直大葉ノンオイルドレッシング 200ml

原料の大葉は、化学合成農薬と肥料を、地域が定める慣行栽培基準の半分以下に抑えて栽培。大きく育ちすぎて、青果としては規格外となってしまう大葉も有効活用しています。

ひとつ一つ手摘みした大葉をたっぷり配合し、フレッシュな味と香りを生かしました。2022年度には、大葉のカットを大きめに変更。より大葉の存在感が感じられるようになりました。味のメインとなるしょうゆは、杉の木桶で天然醸造した、丸大豆しょうゆを選定しています。

野菜サラダはもちろん、餃子や揚げ物などにもかけて頂いています。



シラスとツボミ菜のあえ物にドレッシングとしてかけて食べました。爽やかな中にしっかりした味が、ちょうど良い味わいになりました。



今後の予定

5月30日(木)	ヨーガ体験 (裏面に参加申し込み)	11月	救急救命学習会
6月	第1回 パルの会	12月	第3回 パルの会
7月下旬	ファミリー夏休み企画 親子ピザ作り	2月	第4回 パルの会
9月	第2回 パルの会	3月	防災学習会

「ヨーガ」体験企画 参加者募集

春から夏へと季節が変わりゆくこの頃、「ヨーガ」で心も体もリフレッシュしませんか！

- ※日 時 5月 30日（木）10時～11時 30分
※受付 9時45分～
※講師 近藤 亜季先生（かみすスポーツクラブ）
※場所 神栖市武道館 小道場（現地集合、現地解散）
神栖市溝口4991-10 ☎0299-96-7700
- ※参加費 無料
ご家族、お友達も誘って一緒に参加しませんか。
- ※持ち物 ヨガマットまたは大きめのバスタオル、
五本指ソックス(素足でもOK)、飲み物
- ※募集人数 20名
応募者多数の場合は抽選になります。託児はありません。
抽選結果並びに詳細内容は、申し込み代表者にご連絡いたします。
- ※申込締切日 5月10日（金）



▼WEB申し込みはこちら

※お問い合わせ：かしまセンター ☎0120-390-434
※お預かりした個人情報、参加申し込み集約の目的以外には
使用いたしません。



※きりとり

ヨーガ体験参加申し込み用紙（締切日 5月 10日）

（注文書と一緒に提出してください）

◆組合員氏名（ ） ◆組合員番号（ ）
◆連絡先（ ）

参加者氏名	年代	性別	参加者氏名	年代	性別
		男・女			男・女
		男・女			男・女