

商品開発委員会ひょうごで

開発検討した商品です

51号新登場

1 GC もちもち

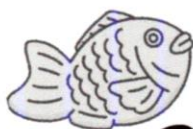
冷凍



240g(8個)

米粉ミニたい焼き

450円(税込価格 486.00円)



2 GC もちもち

冷凍

240g(8個)

米粉ミニたい焼き

(抹茶生地)

472円(税込価格 509.76円)

46号で新登場の
GC国産牛の
贅沢デミグラス
ハンバーグステーキ
もぜひ!

2種類の味、同時発売です。

自然解凍のあとトースターで焼くと、皮がパリッとよりおいしくなります。
小麦・卵・乳製品を含む原料は、使用していません。

これからの予定

- 1月27日(木)11時~16時 ぐりーんCafé キープ&ショップ住吉東町
- 2月 4日(金)10時~12時 西宮委員会 春のつどい プレラにしのみや
『このおいしさはほんもの?食品表示からみるグリーンコープ商品と市販品とのちがい』
- 2月10日(木)10時~12時 明石委員会 春のつどい 明石市生涯学習センター
『生ハンバーグ ご存じですか?~一緒に試食しませんか?~』
- 3月 2日(水)10時~11時45分 神戸委員会 春のつどい 東灘区民センター
『知って安心!食べて美味しい!焼きそば学習会』
- 3月 3日(木)10時半~12時 川西委員会 春のつどい キセラ川西プラザ
『お豆腐学習会~お豆腐メーカー「椿き家」~』

※新型コロナ感染拡大状況により、
内容の変更や中止、zoom併用開催、
オンライン開催になる場合があります。

春のつどいに
ぜひ来てね!



11/12(金)
おすすめ委員会

しゃきしゃき コリっと おいしい ヘルシー
えのきオンライン学習会



ひと味もふた味も違う

グリーンコープえのき茸

おいしさのヒ・ミ・ツ

おすすめ委員会では一昨年から企画を温めていた学習会『加藤えのき学習会』を開催しました。宮崎県から、えのき茸生産者の加藤修一郎さんをお迎えする予定でしたが、コロナの影響でオンライン開催となりました。

オンライン工場見学や美味しさのヒミツ、えのき茸の持ち味を生かしたお料理の紹介、使い方などを楽しく分かりやすく話して頂きました。

培地(菌が発育するために必要な栄養成分)はGMを認めていないインドネシアのトウモロコシの芯、米ぬか、おから、ふすまを使用しています。

培地は一回の使いきりですが、近隣農家へリサイクルしていて無駄なものを限りなくなくす循環型なSDGsな取り組みを率先しています。そんなところにも好感と共感を感じ、グリーンコープの取り扱う商品として安心感と喜びを感じました。

えのき茸は一度も常温にさらされることなく、品質管理がしっかりしているので臭みがなく、シャキシャキ感があるのが分かりました!!

えのき茸が出来るまでに2か月もかかっているのには驚きました!!

きのこ屋さんならではのレシピはすぐ参考になりました♡是非、ステーキえのきやパスタえのきをグリーンコープで!!



えのき茸の保存が冷蔵庫(4℃)がいいなんてビックリ!早速、冷蔵庫に移しました。



♥ えのき南蛮(2人分) ♥

えのき茸-300g GC薄力粉-適量 溶き卵-2個分

GC一番搾りなたね油菜の花物語(揚げ用)

A)しょう油-50ml 酢-50ml きびさとう-40g 和風だし(顆粒)-小さじ1/2

- ①えのき茸は根本を切り落とし、少し大き目に裂く
- ②A)を煮立たせる
- ③①にふるった小麦粉をまぶして、溶き卵にくぐらせて180度の油で色よく揚げて②に浸す
- ④お好みの野菜と共に盛り、タルタルソースをかける





今年もオンラインで「fromネグロスセミナー」が開催されました。前半は大橋成子さんからの30年にわたるグリーンコープとネグロスの歴史について熱くお話いただき、後半はAPLAの野川未央さんに5月にパレスチナのガザ地区で起きたテロの被害と現在の状況について話していただきました。休憩時には事前に配達でお届けした民衆交易商品「東ティモールブレンドコーヒー」と「チョコレートパプアビター」でブレイクタイム。民衆交易を続けていくことで、離れた日本からでも私たちにできることがまだまだあると実感したネグロスセミナーになりました。

20年間
ネグロス島で
過ごしました



～グリーンコープとネグロスの歴史～
大橋成子さん グリーンコープ共同体顧問



1985年ネグロス島で飢餓が発生

ネグロス島で15万人もの子どもたちが飢餓に瀕する事態に！砂糖の国際価格が暴落したことにより、地主が農園を閉鎖してしまう。砂糖労働者たちは、突然収入の道を断たれ、深刻な飢餓に見舞われた。ネグロス島を訪れた理事たちは食べることができず、痩せこけた赤ちゃんを抱き、「紙袋みだいに軽い」と言った。

労働者である以上は常に雇われの身。これからも同じことは起こりうる。

「魚ではなく、魚を取る網が必要だ」
自立できる農業を！援助から分かち合いへ



「海を越えた産直」 = 民衆交易

ネグロス島の砂糖「マスコバド糖」の輸入開始。初めて日本に届いたマスコバド糖は、藁や異物が混入し、売れるものではなかった。グリーンコープと現地の生産者が何度も改善を重ね、今の商品ができています。people to people trade.

2021年5月
ガザ爆撃



～パレスチナの今～
野川未央さん 特定非営利活動法人APLA事務局長

- ・ 11日間に渡ってイスラエルからの爆撃を受ける
- ・ 犠牲者260名 (内、子ども66人) 負傷者2000人
- ・ 全壊家屋1174戸、半壊家屋7073戸
- ・ 農業への被害も甚大
- ・ 畜産施設、井戸、用水路など490の農業施設が損傷
- ・ 15000ℓ以上の牛乳を破棄
- ・ 飼料・水分不足のため23万羽の養鶏が犠牲に

ガザ地区への救援支援活動を開始
組合員からのカタログ18、19号でのガザ支援募金
646万7200円の寄付をいただきました。

- ・ 食料セット (500世帯分) の配布
- ・ 農地、農業施設の復興支援の予算



オリーブオイルの生産地はヨルダン川西岸地のため今回被害は受けていません。
これからも「パレスチナのエキストラ・バージンオリーブオイル」を注文する事で、パレスチナの応援をお願いします。





おすすめバレンタイン

レシピを教えてください！



♡ バナナチョコ ♡

☞板チョコを湯煎にかけて溶かす
☞カットしたネグロスバナナをつけて取り出すバナナの他にりんご、いちご、缶詰パインなどお好みのものをつけて♡パーティにピッタリ!!

… さるさん …



♡ 二色クッキー ♡

GC薄力粉でクッキーを焼きます☺
生地の一部にココアパウダーを入れて二色にします♡

… ゆうさん …



♡ バレンタイン マフィン ♡

GCマフィンミックスでマフィンを作り、チョコペンでデコレーションしてオリジナルバレンタインにします♡

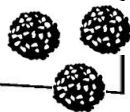
… むぎさん …



♡ 簡単クランチチョコ ♡

♡板チョコを湯煎にかけて溶かす
♡その中にシリアルを入れて混ぜる
♡小さい丸型に丸めてから、冷蔵庫で冷やして出来上がり♪

… 有村 早苗さん …



♡ チーズフォンデュ ♡

よつ葉北海道十勝100チーズフォンデュを溶かして、好きな温野菜、生野菜、バケットをつけやすい大きさのハート型や星形にカットするだけ♡

温野菜は産直人参やジャガイモ、ブロッコリー
生野菜はプチトマト♪

GCこだわりのあらびきウインナーやうずらの卵、ヤングコーンも我が家では人気です!!

… 山城ガールさん …



きりとり

①【 市】 ②コース【 】

③組合員番号【 】

④お名前【 様 】

⑤ペンネーム【 】・実名OK

⑥クイズの答え

⑦募集テーマ

⑧グリコミ紙面で取り上げてほしい事、感想など

お寄せいただいた原稿は広報委員会で加筆・修正させていただく場合がございます。ご了承ください。(2022. 2月号)

～ プレゼントクイズ ～

51号新登場！

『GC〇〇〇〇米粉ミニたい焼き』

『GC東ティモールブレンドコーヒー
マイルドブレンド(粉)200g』を
抽選で 3名様にプレゼント♪

※プレゼントの抽選は募集テーマの採用とは別で行っています。
クイズのみの応募もお待ちしております。

～ 募集テーマ ～

新学期！お弁当のおすすめおかずを教えてください！

クイズの答えと今月の募集のテーマ等をご記入の上、
配達時に渡す・はがきに貼付して下記宛先まで送る・
メールでのご応募もできます。お待ちしております♪

2月12日(土) 必着

応募専用 gc_midorin@yahoo.co.jp
(メールの場合は左記番号順にご記入ください)

宛先 〒664-0845 伊丹市東有岡3-73-1
グリーンコープ生活協同組合ひょうご 広報委員会
TEL 072-777-7641 FAX 072-777-7805

