

## 「食欲のない日には」

みそおにぎり。暑くて食欲のない時でも、これならスリとおなかにおさまります。子どもの頃、おやつどきに祖母が作ってくれました。

コツはひとつだけ。常温の冷やご飯を使うこと。温かいご飯だと湯気でみそがゆるんで、べたべたになるので。

手の平を軽くしめらせて、冷やご飯を小さめにギュッとむすびます。まわりにみそを塗り、軽くなじませたら出来上がり。3~4口で食べられる大きさで、みそはまだらについているくらいがちょうどいいです。

お酒の後の小腹ふさぎにも、ぴったりです。

by もっちゃん

## 「野菜詰め放題フェア」

～朝採り or 前日収穫 新鮮野菜～

1袋 250円 ※1家族1日一回限り

8/22(土)・23(日)

8/29(土)・30(日)

いずれも 10:30~15:00

※旬のお野菜3~5種類 無くなり次第終了

店舗前にて

組合員でないお友だちもOK!

生活クラブを試してもらってくださいね!



## 私のイチオシ消費材

冷凍ゆでそば

㈱おびなた(長野)

水だけで解凍したとは思えない歯ごたえ。のど越しは期待以上!

楽で美味...暑い夏にぴったり♪ももなな



冷凍のまま調理可能。ざるそば、かけそばはもちろん、食塩不使用なので鍋のメ(締め)そばにも。

流水解凍でゆでたてのおいしさ。  
国産そば粉四〇%、国産小麦粉六〇%を配合した4割そば。そば粉は、実を丸ごとロール挽き製粉した「挽きぐるみそば粉(全層粉)」を使用。冷凍ゆで麺でありながらそばの香りと食感が楽しめます。ゆでたてを急速冷凍しています。

餃子

㈱美勢商事(長野)

お気に入り、平牧の豚肉を使った餃子!今日は疲れた~というときは、焼くだけで美味しいメインになる、我が家には欠かせない消費材です。

夏場は茹でて、さっぱりつるっとポン酢しょうゆでいただくのもいいですね。ほかにも鍋やスープの具にしても。一度は試してほしい消費材です。ともきママ

食べる人と作る人の想いがひとつに包まれています。  
長野県塩尻市にある美勢商事の自社の畑で栽培した無農薬のニラをはじめ、主に地元で収穫された野菜をたっぷりを使い、具材の約4割にもなる豚肉と豚脂は、平田牧場の豚肉です。肉質がよく脂身に甘みと旨みがあり、餃子にジューシーさを生み出します。味付けに使う「丸大豆醤油」や「ごま油」、「牡蠣味調味料」は、生活クラブの提携生産者のものを使用しています。



詳しくは生活クラブホームページで!



～スタッフ紹介～



担当: 青果物

菅 麻希子

★家族構成★  
ひ・み・つ(^^)  
★イチ押し消費材★  
(有)沃土会のトマト。  
とっても甘くて美味しいんです♪  
★最近の楽しみ★  
野菜の種採り  
お店の事、お野菜の事、お気付きの事がございましたらお気軽にお声掛けくださいね。



掲示板

\* 今だけ! 加入キャンペーン  
8/17(月)~9 月末  
デポー浦和加入の方全員に  
1000 円のお買物券プレゼント!  
●先着 200 名に  
ダブルチャンス♪  
お試しミニサンプルプレゼント!  
営業時間 10:30~19:00  
定休日:水曜日  
浦和駅西口徒歩 9 分  
調神社向かい

「生活と自治」をお申し込みの方へ  
\*9月号は 8/22(土)に入荷します。  
スタッフにお声かけの上、お持ち帰りくださいね。



最新情報は Instagram 『depot\_urawa』 をチェック♪  
Q デポー浦和で検索

【集金はがきについて】

\* 8月分(8/26 引落)はデポーにて 8/20(木)からお渡します。スタッフにお声かけください。

2020年8月 デポー浦和カレンダー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
8/17 カレー&スパイスフェア 休み明けお楽しみ!フェア 旬のお弁当 鮮魚の日	18 旬のお弁当	19 定休日	20 東北フェア 旬のお弁当 鮮魚の日	21 カレー&スパイスフェア	22 ほうきね牛入荷 旬のお弁当・お惣菜 マグロ入荷・鮮魚の日 野菜詰め放題(店舗前) 「生活と自治」受渡開始	23
8/24 北海道とうもろこしフェア 飲茶フェア① 旬のお弁当 鮮魚の日	25 旬のお弁当	26 定休日 引落日	27 金華豚入荷 旬のお弁当 鮮魚の日	28 旬のお弁当・お惣菜	29 お手軽レンチンごはんフェア 飲茶フェア② 旬のお弁当・お惣菜 マグロ入荷・鮮魚の日 野菜詰め放題(店舗前)	30
8/31 ぶどう祭り 北海道フェア(冷凍水産品・冷凍野菜) 旬のお弁当 鮮魚の日	9/1 旬のお弁当	2 定休日	3 旬のお弁当 鮮魚の日	4 秋の北海道野菜フェア① 旬のお弁当・お惣菜	5 ほうきね牛入荷 旬のお弁当・お惣菜 鮮魚の日	6

掲載された方には

ミニサンプルセットプレゼント♪



ももなさん、ともきママさん  
スタッフにお声かけくださいね!

イチオシ消費材募集!!

あなたのおすすめ消費材をご紹介ください。  
みなさんの声をデポー浦和通信で共有します。  
掲載された方には、消費材プレゼント♪  
切り取ってレジ横の回収箱に入れて下さいね。

- ★お名前 \_\_\_\_\_
- ★掲載用ネーム \_\_\_\_\_
- ★組合員番号 \_\_\_\_\_
- ★イチオシの消費材名 \_\_\_\_\_
- ★その理由 \_\_\_\_\_