

わが家の料理自慢



佐々木 俊子さんの

麻婆丼

【材 料】 (2人分)

- 豆腐……………1/2丁
- 豚ひき肉……………100g
- 刻み生姜……………15g
- 刻みニンニク……………20g
- 豆板醤……………15g
- A テンメンジャン……………15g
- 砂糖……………25g
- 味の素……………少々
- 酒……………大さじ1
- しょうゆ……………大さじ2
- ガラスープ…400ml (2カップ)
- 水溶き片栗粉…………… 適量
- 長ねぎ…………… 少々
- ラー油…………… 少々
- ごま油…………… 少々
- ご飯…………… 丼ぶり2杯分

ポイント!

豆腐を下茹ですること
で水っぽさがなくなり
煮くずれしにくくなり
ます!

【作り方】

- ①豆腐を2センチ程度の角切りにする。鍋にお湯を沸かし塩を一つまみ入れ、豆腐をさっと茹でてザルに上げておく。
- ②油を敷いたフライパンに豚ひき肉を入れ、肉汁が透明になるまでしっかり炒めたら生姜、にんにく、豆板醤を加えて香りが出るまで炒める。
- ③②にAの調味料とガラスープを入れ、煮立ったら①の豆腐を入れる。水溶き片栗粉を加えてとろみをつけたら、みじん切りした長ねぎ、ラー油、ごま油を加え香りをつける。
- ④器にご飯を盛り③をかける。お好みで揚げナス、ゆで卵、ブロッコリーを添えて出来上がり。

おしぐべり通信

今月のテーマ 「夢」



沼田市下川田町
原 来澄 (らいず) くん

将来は「動物園の飼育員」になりたいです。ホワイトタイガーやハイロオオカミなど、勇ましくてカッコいい動物の魅力を伝えて、お客さんに笑顔になってほしいです。今は野球を頑張っていて、4月から「北毛ボーイズ」に入ります。細かいところをしっかりできる選手になれるように、これからも頑張ります!



沼田市利根町多那
見城 結菜 (ゆうな) さん

私の夢は「マラソンランナー」になることです。5年生の時に陸上クラブに入って、昨年の藤原湖マラソンで初めて優勝することができました。マラソンは苦しい時もあるけれど、頑張って走り切った時はとっても気持ちが良いです。これからも色々な大会に出て、良い結果を残せるように頑張ります!



「動物園の飼育員」

来澄くんが作った作品です。抱いているのは「ウオンバット」だそう。夢が叶うといいですね!(組合員課)



「青年部親善ゴルフ大会」

開催は5年ぶり。当日は天候に恵まれたゴルフ日和となり、部員同士の親睦を深めました。(組合員課)

みんなの
フォトギャラリー

●2月号表紙「アスパラガス」の写真を見て、もう春になるのかと季節感を先取りした記事に、心がほっとしました。(昭和村/Mさん他)

★ご覧いただきありがとうございます。アスパラガスは、ニョキニョキと1日に数センチ伸びるそうですよ。春の味覚、とっても美味しそうですね!

●JA自己改革の取り組み冊子は見どころ満載でした。地域の取り組みを知ることができて良かったです。(片品村/Uさん)

★自己改革の取り組みを紹介させていただきました。今後も、皆さんに親しまれるJAになるよう取り組んで参ります。引き続きのご愛顧よろしくお願いたします。

このコーナーでは、みなさまからのJAに対するご意見・ご要望のほか、広報の感想などをご紹介します。みなさまからのお便りをお待ちしております。



あゆみ

(R6年2月末現在)

【事業】

貯金	890億8,940万円
貸出金	212億7,243万円
生産資材	41億8,637万円
生活資材	23億8,840万円
販売品販売高	153億2,189万円
長期共済保有高	2,528億1,698万円

【組合員】

正組合員	6,370人 (前月比 -60人)
准組合員	7,219人 (前月比 -51人)