

## ゎガ家の料理自慢

薄根支部

桑原 久江さんの

柿なます

バターナッツかぼちゃっポタージュ

## 【作り方】

●バターナッツかぼちゃの皮と種を取り除き2cm角くらいに切る。

【ポタージュ 材料】 (2人分)

○バターナッツかぼちゃ……250g○タマネギ……………1/2個○パセリ………少々

Ozk -----200ml

- ②①を耐熱皿に入れ、ラップをかけてレンジで5分温 める。
- 3フライパンにバターとスライスした玉ねぎを入れ、 しんなりするまで炒める。
- ◆②のかぼちゃ・③の玉ねぎ・水・牛乳をミキサーに かける(小さめのミキサーの場合は2回に分けて 行う)。
- ❺鍋に④を入れ、火にかける。コンソメ・塩コショウで味 を調え、カップに入れ、パセリをかけて出来上がり。

## 【柿なます 材料】

○キュウリ……50g ○ダイコン……50g ○柿……50g ○かんたん酢…小さじ2 ○めんつゆ……少々

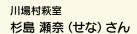
### 【作り方】

- ●キュウリ·ダイコン·柿を 干切りにする。
- ②①にかんたん酢·めんつゆを 入れ、和えて出来上がり。

### **今月のテーマ** 「 苦手なもの 」



声リンド



苦手なものは虫と、カエルやヘビ・トカゲなどの爬虫 類です。特に虫は、大きくて飛ぶ種類が苦手です。中 学生くらいの頃、自転車に乗っていた時にバッタが 飛び乗ってきたことがあって、それ以来、虫が苦手に なりました。予測不能な動きをしてくるところが怖い ですね。



### 営農畜産部 営農企画課 金子 未咲 (みさき) さん

ホラーとフリーフォールタイプのアトラクション (タワーオブテラーなど) が苦手です。でも、両方とも興味はあるので見たり乗ったりするのですが、やっぱり怖くて、やめておけばよかったと悔やみがちです。特にホラーは映像が頭に残って、ふとした時に思い出すのでしばらく後悔を引きずりますね。





10月12日、JA利根沼田がスポンサーを務めるソルジェンテ群馬サッカーチームの第9節の試合が月夜野総合グラウンドで行われました。チームは見事試合に勝利し、リーグ首位に立つことができました。最終戦まで応援をお願いします!

(組合員課)

# 薬草部会員募集!

### 説明会・座談会を開催! (申込不要)

対象:薬草に興味のある人。栽培を始めてみたい人。 日程:令和7年12月9日(火)午前の部10:00~ 午後の部13:30~

会場: JA利根沼田東部支店2F

窓口:薬草部会事務局

製薬会社 ㈱ツムラとの契約栽培なので価格が安定 しており、鳥獣や台風にも比較的強い作物です。 コンニャクの輪作やトマトやエダマメ生産者の冬 場の仕事として組合員の営農に組み入れられてい ます。

(※詳しくは、折込チラシをご確認ください!) 過去に栽培していた方も、ご興味がありました

ら、是非ご確認ください。

薬草に関するお問い合わせは 営農企画課(50-6111)

# あゆみ

(R7年9月末現在)

#### [事 業]

貯 金 878億4,800万円 貸 出 金 206億5,600万円 生 産 資 材 28億8,239万円 生 活 資 材 12億9,592万円 販売品販売高 118億6,206万円 長期共済保有高 2,390億7,090万円

#### [組合員]

正組合員 6,166人 (前月比 -9人) 准組合員 7,162人 (前月比 +1人)