

おしゃべり広場

私のおすすめ

骨取りさばの味噌煮

真岡市 あかねさん
本当におすすめです。骨が取れているので、食べやすいし、絶妙な味噌の甘さが、ご飯をすすめてくれます。忙しい日でも、簡単にさばの味噌煮が食べられるので、重宝しています。



食塩不使用 ミックスナッツ

宇都宮市 ムーミンさん
小袋に入った20袋入りの箱入りです。必ずストックをしています。1回分ずつで食べ過ぎず、塩分が無いので高血圧の私たち夫婦のおつまみにピッタリです。それに、家で飼っているインコの寝る前のおやつとしてピーナツ2粒をおすそ分けしています。塩分が無いので安心してあげられます。袋のガサガサという音がすると、騒ぎはじめます。我が家になくってはならない物です。



チョコ坊たち

宇都宮市 食べるの大好きさん
時々、子どもたちのおやつにコープの「チョコ坊たち」を買います。子どもたちはもち

ろんですが、私もつい一緒に食べちゃうくらい好きです。普通にチョコレートがかかっているのではなく、ピーナツ入りチョコがかかっているのも嬉しいです。



かぼちゃ煮物 リメイク

下野市 みったんさん
私はかぼちゃが大好きで煮物をよく作ります。子ども達はまだ小さい頃、煮物は好んで食べないのにリメイクすると綺麗に食べてくれました。その後、結婚して二人共それぞれ、そのレシピを聞いてきたのはビックリ！そのレシピを紹介しています。かぼちゃの煮物を潰して、みじん切り玉ねぎとツナ缶を混ぜ、とろけるチーズを乗

せてオーブントースターで焼くだけ。簡単でしょう！息子は、いつもこれを作ってるそうですよ。

フリートーク

2月号

「まえにこたえて Q & A」除湿剤

真岡市 ゆきんこさん
同時に開封した除湿剤なのに、1つだけ水がたまらないのはなぜか書かれていました。私も同じ状況の時があり、不思議に思っていました。水がたまるまでの時間は置場所も関係していると知り、除湿剤の不備ではないとわかり、安心しました。これからは、余計な心配をせずに使っていきたいと思います。

ミニトマト容器の活用方法

佐野市 めぐママさん
我が家では使い終わったミニ

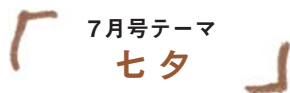
トマト容器に、野菜（ねぎ・人参・大根・ごぼう・生姜など）の残った分を保存しています。野菜室に種類ごとに入れ、見やすく便利です。

レッツクック

芳賀町 関戸裕子さん
4月号のレッツクックを早速作ってみました。「春キャベツとじゃがいものスパニッシュオムレット」、おいしかったです。また次回を楽しみにしています。

楽しい投稿をお待ちしています!

テーマトーク、身の周りの話題やくらしの知恵、お気に入りのコープ商品、簡単レシピ、誌面の感想など、皆さんの楽しい投稿をお待ちしています!



● 投稿の締め切りは5月10日です。
※当日消印有効