

# 愛彩だより

あい さい



2016 5月号

㊦ 今年の大豆の使用を開始。新しい大豆の甘みをご堪能ください。  
4月から始まったポイントカードも累計400枚突破。たくさんのお客様に支えられています。いつもご利用ありがとうございます。

## ◎お知らせです

- ・5月03日(火) おにつこハウスにて豆乳スムージー店頭販売をします
- ・5月12日(木) とうふの日 ~ポイントカード ポイント2倍~  
~お豆腐がお買い得になります~
- ・5月15日(日) パンマルシェ開催。セツ梅酒蔵跡地にて  
(同日) ウニクス上里ファーマーズマーケット 出店参加します
- ・5月21日(土) 第三回 寺カフェ参加します 瑠璃光寺にて
- ・5月28日(土) セツ梅にて にぎわい夕市開催

シリーズ

## 今月のレシピ 第8弾：糀（こうじ）を食べよう

三五八漬けの素を使ったレシピを今回は公開します。そもそも三五八とは、三…塩、五…糀、八…お米という割合で混ぜたもの。純粹な塩糀よりマイルドで甘みのある発酵調味料です。当店でも、お味噌を作る際に作っており、販売しております。

### ■三五八ロールキャベツ(二人前)

#### ★ロールキャベツ

- ・キャベツ 4枚
- ・豚ひき肉 100g
- ・玉ねぎ 1/4
- ・しお・こしょう 少々
- ★スープ
- ・水 200cc
- ・三五八 大さじ1,2
- ・しょうゆ 少々

### <作り方>

A豚ひきにくと玉葱に塩コショウで下味を付け、よくこねる。(塩糀等での味付けも可能)  
キャベツを軽く茹で、こねたひき肉をまく。

鍋に水と三五八を入れ、Aを鍋に入れる  
(隙間なく入れると荷崩れしづらいです)  
香りづけにしょうゆを少々入れて

煮込めば完成です

皆様の自慢のレシピも随時募集中です!



ワーカーズコープ 埼玉北部地域福祉事業所 深谷とうふ工房  
埼玉県深谷市大谷1548-3

TEL/FAX 048-574-4789 e-mail: toufukoubou@roukyou.gr.jp

HP: http://park11.wakwak.com/~toufukoubou/