

エーコープ商品で簡単クッキング



エーコープマーク商品はJ Aグループのプライベートブランドです。国産へのこだわりと安全・安心の品質です。食品を中心に1,000アイテムを越える商品を取り揃えております。

今年度の広報しらかみでは、そんなエーコープ商品と地域の伝統食や食文化を後世に伝えるJ A あきた白神女性部がコラボ。お手軽で試したくなるレシピをご紹介します。

白神ねぎご飯×ほめられ酢とマヨネーズのドレッシング



白神ねぎご飯

■材 料……………

米……………	3合	ネギ……………	太目2本
かつおだし……………	大さじ1		

■作り方……………

- (1)お米を洗い、炊飯器に入れかつおだしと水を分量まで入れてかき混ぜる。
 - (2)ネギは緑の葉の部分10cm位つけて白い部分の根元を切り落とし、2本炊飯器の中の上のせご飯を炊く。
 - (3)ご飯が炊けたらネギを取り、1cm位の小口切りにして炊飯器に戻し、軽く全体に混ぜて出来上がりです。
- ※火を通すことで甘みを増した白神ねぎが、ごはんとてもよく合い朝食にぴったりです。ぜひ、お試しください。

ほめられ酢とマヨネーズのドレッシング

旬の野菜を使い、サラダを作しましょう!

■材 料……………

ほめられ酢……………	大さじ2	人参……………	2cm位の千切り
ほめられ黒酢……………	大さじ2	(適量)	
(お好みにより)		大根……………	2cm位の千切り
みずな……………	2cm位の長さ	(適量)	
(適量)		マヨネーズ……………	大さじ2

■作り方……………

- (1)ほめられ酢とマヨネーズを混ぜあわせドレッシングにする。
 - (2)野菜を混ぜたものに(1)をかけて混ぜあわせ出来上がり。
- ※野菜は旬の野菜であれば何でもOK!旬の野菜がたっぷりしてとてもおいしい。

今回使用した

 エーコープ商品はこちら!!



お求めは、JAあきた白神生活課
☎0185-74-8348 まで