

11月号

グリーン・ウェーブ

GREEN WAVE

グリーンコープのうねりを地域へ

今月号の主な内容

- 広報委員の 2・3
- おすすめ商品
- もっと、ずっと、 4・5
- 地域に飛び出そう!
- ファイバーリサイクル 6
- 福祉活動組合員基金 7

第174号
 発行●グリーンコープ生協ふくおか 理事会
 編集●広報委員会
 福岡市博多区博多駅前1-5-1博多大博通ビルディング3F
 TEL●092-482-7770 (代)
 ホームページ●http://www.greencoop.or.jp/

グリーンコープ自慢の
 おいしい
 産直びん牛乳♥

12周年♥

産直びん牛乳が誕生して12周年となりました。安心、安全にこだわる私たち組合員の思いと、それを受け止めてくれた生産者、メーカーの皆さんとで作り上げた、グリーンコープ自慢の美味しい牛乳です。皆さんもぜひ利用してください。きっと言葉だけでは伝えきれないよさを実感できますよ。

日本初の
 non-GMO飼料による牛乳

母牛の飼料はすべてnon-GMO (遺伝子組み換えでない) です。さらに主飼料のとうもろこしはポストハーベストフリー (収穫後の農薬不使用) です。

お互いの顔が見える関係づくり

「酪農ホームステイ」「タオル・メッセージを贈る取り組み」「産地視察」などを通して、組合員と生産者は信頼関係を築いています。

より生乳に近い牛乳。
 72℃15秒間のパスチャライズ殺菌

人間にとって有害な菌を死滅させ、かつ生乳の持つ本来の成分 (体への吸収率が高い水溶性カルシウムやホエーたんぱくなど) や風味をできる限り損なわない殺菌方法です。

みんなで守り育てる

産直びん牛乳

産直びん牛乳は、2003年に組合員が出資した「みるく出資金」で建設された、グリーンコープ専用のびん牛乳工場で作られている、みんなの財産です。

環境にやさしい リユースびん

びんは牛乳のおいしさを大切に保ってくれます。約300gの超軽量。



※産直わが家風カフェミルクはパスチャライズ殺菌ではありません。

さばのミルクみそ煮

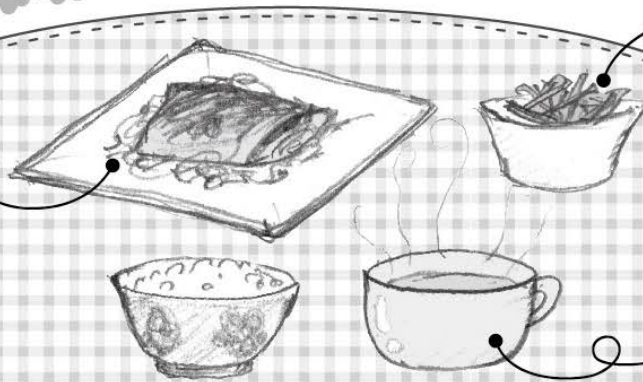
- 〈材 料〉(2人前)
- さば 2切れ(各75g)
 - 酒 大2
 - きびさとう 大1
 - みそ 大1
 - 赤唐辛子(半分にして種を除く) 1本
 - 産直びん牛乳 100cc

〈作り方〉

- 鍋にAとさばを入れ、牛乳を注ぐ。
- クッキングシートで落とし蓋をして強火にかけ、ふつふつとしてきたら中火よりやや弱火で約10分煮て、そのまま冷ます。

ミルクの効果で臭みが抜けて減塩に!

産直びん牛乳 de
 おいしい♥ milkレシピ♥♥



ミルクきんぴら

- 〈材 料〉
- 国産牛豚合ミンチ 50g
 - ごぼう(ささがき) 1/2本
 - 産直びん牛乳 150cc
 - きびさとう 大1
 - 醤油 小1

〈作り方〉

- 合ミンチを炒め、火が通ったらごぼうを加え炒める。
- Aを加え、汁気がなくなれば完成。

子どもに大人気♥

人参スープ

- 〈材 料〉
- 産直びん牛乳 200cc
 - 人参ジュース 1本
 - 洋風だし(チキン味) 1/2袋
 - 塩 少々
 - お好みでバター・こしょう

〈作り方〉材料を全て鍋に入れ火にかけて温める。

混ぜるだけ! かんたん
 ドリンク!!

ジンジャーミルク

びん牛乳 (150cc) と黒糖しょうががばうだー (大1) を混ぜるだけ♥



ホットチョコレート

鍋に水 (50cc) を入れて火にかけ、チョコレート (80g) を溶かし、びん牛乳 (250cc) を加えよく混ぜる★



はちみつ
 レモンミルク

はちみつ (大1) とレモン汁 (大1) を混ぜ、びん牛乳 (150cc) を加える。トロリとしてヨーグルトドリンクのようになる♪



全部作ったら、約1本のびん牛乳を使います。



～ 来て! 見て! 食べて! ～
 グリーンフェスタ

12月13日 (日) 11:00～15:00
 西日本総合展示場新館AIM3F (元気のもり 横)
 (小倉駅北口徒歩3分)

- ・試食がたくさん!!
- ・いろいろ知っていろいろ試せる1日
- ・グリーンコープの組合員、メーカー、生産者、ワーカーもブース出店

参加無料

お友だちも誘って遊びに来てね♥

スタンプラリーもあるよ!



問合せ先 北九州地域本部 TEL (093) 482-1633

