



JAながさき西海
うぐいたん2月号

ベパンこうく

こんにちは、寒い日が続いていますが.....
みなさんいかがお過ごしでしょうか？風邪など引かれて
いませんか？「風邪」、「インフルエンザ」などまだまだ
流行りやすいですので、「手洗い」、「うがい」、「マスクの着用」を
するなどで体調管理には十分気を付けて下さいね!!



JAで年金をお受取りの方で年金振込日に
窓口へご来店していただいた方へプレゼント!!
お受取りの際は年金が入金されている
通帳のご提示をお願いします😊
みんな
大好き
チョコチップ
クッキー



総合ポイントサービス

組合員の皆様、3月末で失効を迎えるポイントは
もうご利用いただいていますか？
せっかく貯めたポイントですので、商品交換または
キャッシュバックするなどしてお早めにご利用下さい。
お手続きの時には、「ポイントカード」が必要ですので「忘れずに！」
もし、「ポイントカード」をなくされた場合でも再発行できます。(再発行手数料216円)



豚生市結果

家畜市場平均	価格(円)	体重(kg)	D.G	kg単価	前回比
めす	673,596円	265kg	0.98	2,545	
去勢	830,103円	280kg	1.09	2,964	85.9%
計	763,613円	274kg	1.05	2,792	79.0%
宇久平均	価格(円)	体重(kg)	D.G	kg単価	最高値
めす	695,220円	267kg	1.01	2,604	1,414,800
去勢	842,838円	284kg	1.12	2,969	1,249,560
計	778,344円	276kg	1.07	2,815	

こんやの1品に

野菜と甘酢しょうゆの
相性バッチリで美味しい

さつまいもとレンコンのデパ地下風

材料(3人分)

- さつまいも(小) - 1本(200g~)
- れんこん - 1節(150g~)
- ★醤油・砂糖 - 各大さじ2
- ★酢 - 大さじ1
- ごま(仕上げ用) - たっぶり
- 片栗粉 - 適量

作り方

- さつまいもは皮つきで0.5~1cm幅に切り、水にさらしてから片栗粉をつける。
- 多めの油を熱したフライパンでこんがり焼き取り出します。
- れんこんは1cm幅に切り、片栗粉をつける。
- れんこんも多めの油を熱したフライパンでこんがり焼きます。
- フライパンにさつまいもを戻し★を入れ一煮立ちさせタレを絡ませる。仕上げのゴマを入れる。
ポイント◎タレが焦げ付いたり、足りなからたら水を少し加えましょう。
◎鶏肉を入れても美味しいです。鶏肉を酒・醤油(3:1の比率)に浸し片栗粉を付けて焼く。

