

宇久支店だより

ながさき西海農協 宇久支店 R8.1月号 TEL:0959-57-3161

組合員並びに島内の皆様方におかれましては、ご家族と健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。旧年中はJA宇久支店の運営及び事業活動に対し深いご理解とご協力を賜りまして、厚く御礼申し上げます。本年も職員一丸となり組合員・地域住民とのつながりを大切にし、事業利用者の満足度向上へ取り組んでまいりますので、変わらぬご愛顧のほど、どうぞよろしくお願い致します。

12月。牛市結果

平戸市場	価格(円)	体重(kg)	kg単価	D.G	最高値	前回比
めす	698,223	280	2,496	1.00	1,095,600	107.41
去勢	814,621	298	2,731	1.10	1,062,600	101.80
計	762,472	290	2,629	1.05	1,095,600	104.13
宇久	価格(円)	体重(kg)	kg単価	D.G	最高値	前回比
めす	692,408	284	2,439	0.99	767,800	108.61
去勢	856,068	308	2,776	1.13	977,900	107.09
計	788,525	298	2,644	1.07	977,900	108.29
小値買	価格(円)	体重(kg)	kg単価	D.G	最高値	前回比
めす	704,864	281	2,507	0.99	784,300	110.98
去勢	827,997	285	2,906	1.06	943,800	103.98
計	767,511	283	2,712	1.03	943,800	106.93

記載価格は税込です



JA女性組織メンバー
農家の女性たちが腕をふるい地域の名物にもなっている「調味料」の数々を紹介。地場産の食材を使って愛憎も込められた逸品をご紹介します



家の光



今年もやってきました!! 毎年好評の企画「野菜の種イベント」。今回ご紹介するのは、栄養価に優れた「健康によい」6種と、厳しい猛暑や病害に強い「育てやすい」14種。どれも種苗会社いちおしの品種です。合計1,000人にプレゼント。是非ご応募下さい。



半端に残った野菜の端っこ。料理に使わず捨てている野菜の根や茎。まとめ買いをして、だめにしてしまった肉や魚。冷蔵庫の隅にずっとある保存食や調味料。「もったいない」と思いながら捨ててしまったことはありませんか。そうして捨てられた食材は家庭の「食品ロス」になり、経済的な損失は年間四兆円にのぼります。そこで、四人の料理の達人が「もったいない」食材をおいしく食べるレシピを紹介。「こうすれば食べられる」「こんなにいいんだ」と感動しながら食品ロスを減らすアクションにつなげてみませんか?



半分に折りたたんで携帯に便利なアクセサリケースです。たぐって四隅のホックボタンを留めれば、トレイになるので、こまごまとアクセサリーや時計などの小物を収納できます。コンパクトに持ち運べるので、お旅行にも重宝しますよ。



こんやの1品にコクた、ぷり 醤油バターの無限ごぼう(はいがが)ですか!?



- ①材料②(4人前)
- ごぼう → 100g
 - オリーブ油漬け → 70g
 - かつお節 → 適量
- ③調味料③ (ピーラーと電子レンジで簡単に作れます!)
- ①有塩バター → 15g
 - ②しょうゆ → 大さじ1
 - ③おろし米唐 → 大さじ1
 - ④いりごま → 大さじ1
- ④作り方④ (コクのあるバター醤油味がクセになるよ!)
- ごぼうは皮をこそいで、ピーラーでおおきく皮を10分程さらし、あくをぬきます。
 - 水気を切ったごぼうを耐熱ボウルに入れて、湯を500ml、電子レンジで5分加熱します。
 - 加熱したごぼうに油をオリーブ油漬け、③の調味料を加えてよく混ぜ合わせます。
 - 味が全体になじんだら、器に盛り付け、かつお節を背にして完成です。