

おいしい笑顔、楽しい笑顔がいっぱい！ 笑顔いっぱいので産地消活動に 参加しませんか？



JA京都にのくに 農産物直売所「彩菜館」 農ふれあい教室 2018



「農ふれあい教室」は、子どもたちに「農」の体験を通じて、自然の素晴らしさや「食」の素晴らしさを学んでいただくこと、平成20年から実施しています。田植えや苗植え、料理教室や販売体験など、「彩菜館」の出荷者やJA青壮年部、女性部の部員が親切丁寧に指導しますので、お気軽にご参加ください。 ※田植え、料理教室、収穫体験は終了しました。

応募要項

募集対象 親子での参加が条件です。(年長～小学生のお子様がいるご家族)
さいさい*くらぶ(キッズコース)への加入が必須になります。
対象年齢のお様が1名以上参加いただける場合、年長未満のお子様も参加できます。

参加費 1名につき500円(開催日毎・年長未満無料)

次回は、彩菜館各店舗で「販売体験教室」の開催を予定しています。詳しくはお近くの「彩菜館」へお問い合わせください。

**さいさい*くらぶ
キッズコース募集**

「彩菜館」は地域の子どもたちを応援します！

**農ふれあい教室を含む
食育活動カリキュラムへ
ご参加いただけます！**

*「農ふれあい教室」以外にも、たくさんの方に
ご参加いただけるカリキュラムを開催する予定です。

お子様(小学生以下)と一緒に
「彩菜館」へご来店いただく

農家直売品 5%割引

安全安心で新鮮な地元野菜を子どもたちに

募集締切 平成31年3月31日まで
年会費 無料

農ふれあい教室 2018

**「親子料理体験教室」
でみんなで作った
レシピを紹介します！**

【レシピ考案】
坂本 裕美子

カラフルパプリカのピラフ

- 材料**(5人分)
米…2カップ 雑穀…30g 水…40ml ベーコン…20g
赤パプリカ…1/4個 黄パプリカ…1/4個 コンソメの素(顆粒)
…小さじ1 バター…10g こしょう…少々 塩…少々
- 作り方**
- 米は研いで2目盛りまで水を入れ、雑穀と水40mlを加えて30分ほど置く。
 - パプリカは1cmの角切りにする。
 - ①にコンソメの素、塩、こしょうを入れて混ぜ、6等分に切ったバターと②を乗せて炊く。
 - 炊き上がったら下から混ぜ、器に盛る。

キュウリと豚しゃぶしゃぶのゴマドレ

- 材料**(5人分)
豚モモ薄切り…200g きゅうり…1本(100g) レタス…5枚
ホールコーン(缶)…大さじ4(50g) ゴマドレ…大さじ4(60ml)
- 作り方**
- 豚肉は5cmの長さに切り、熱湯に入れ、色が変わればザルに上げ、水に取り水気を切る。キュウリは4すじ皮を剥き、軽く塩(分量外)をして板ずりし、縦に4つ切り、1.5cmの長さに切る。レタスは洗って食べやすい大きさにちぎる。コーンは開缶しさと洗って水気を切る。
 - 材料を混ぜ合わせ、ゴマドレッシングで和え、冷蔵庫に保管し、食べる直前に盛り合わせる。



鶏肉のマーマレード煮

- 材料**(5人分)
鶏モモ肉ひと口大…400g
《煮汁》マーマレードジャム…大さじ3(60g) 麵つゆ…大さじ2.5
白ワイン…大さじ2 水…100ml
《添え》ミニトマト…10粒 フリルレタス…5枚
- 作り方**
- 鍋にモモ肉と煮汁を入れ、アルミ箔で落としふたをし、その上に鍋のふたをして、やや弱火で途中、肉を返しながらかき混ぜながら10分ほど煮る。
 - 肉の中まで火が通ったら、両方のふたを取り、強火にして煮汁が少し残るように煮詰める(こがさないように気を付けて)。
 - フリルレタスは洗って水気を切り、食べやすい大きさにちぎる。ミニトマトはへたを取って洗う。
 - 皿にフリルレタス、ミニトマトを飾り、肉を盛り、残りのソースをかける。

ズッキーニのスープ

- 材料**(5人分)
ズッキーニ…1本(160g)
玉ネギ…1個(150g)
ハム…40g コンソメの素…1粒(5.3g)
米油…大さじ1 塩…少々 こしょう…少々
水…750ml
- 作り方**
- ズッキーニは4すじ皮をむき、3mm幅の輪切りにする。玉ネギは薄切りにする。ハムは半分に切り、1cm幅に切る。
 - 鍋に米油を熱して玉ネギを炒め、しんなりしたらズッキーニを加えてさらに炒め、水、コンソメの素を加えて、中火で7～8分煮る。
 - ハムを加えて2分ほど煮て、塩、こしょうで味を整える。



万願寺甘とうのヤクルトジュース

- 材料**(5人分)
万願寺甘とう…2本(60g) パナナ…2本(200g)
ヤクルト…4本(260ml) ミネラルウォーター…200ml
アイスクリーム…50g カラフルシュガー…少々
- 作り方**
- 万願寺甘とうはへたと種を取り、小口切りにする。パナナは皮をむき、2cm幅に切る。
 - ミキサーに①とヤクルト、水を加えて滑らかになるまで攪拌する。
 - 冷蔵庫で冷やし、食べる直前に器に入れ、アイスクリームを盛り、カラフルシュガーを振る。



9・10月の注目イベント

30年産米 **100%新米キャンペーン**

全店舗共通 平成30年 **9/20(木)~10/5(金)**

おいしさと安全・安心をお届けします。

こしひかり
丹の国米

10kg **3,880円** 税込

期間中 おたのしみ券 **2倍進呈!** 「丹の国米おたのしみ券」を集めて
素敵な賞品をお選びください!

イベントの詳細は各「彩葉館」でお問い合わせください

綾部店
綾部市宮代町前田20番地 (JA本店横)
TEL. 0773-43-0831
休業日/年中無休(年末年始は除く)
営業時間/9:00~16:30
駐車場/JA本店駐車場をご利用ください。

西舞鶴店
舞鶴市南田辺11-1 (JA舞鶴西支店隣)
TEL. 0773-75-9330
休業日/年中無休(年末年始は除く)
営業時間/9:00~16:30
駐車場/JA舞鶴西支店の駐車場をご利用ください。

福知山店
福知山市新庄100-2番地 (JA福知山支店隣)
TEL. 0773-22-2444
休業日/年中無休(年末年始は除く)
営業時間/9:00~17:00
駐車場/JA福知山支店の駐車場をご利用ください。

東舞鶴店
舞鶴市字浜町10-1
TEL. 0773-65-3131
休業日/年中無休(年末年始は除く)
営業時間/9:00~16:30
駐車場/完備

万願寺甘とうレシピ

万願寺甘とうごはん



材料(2人分) © 2018 MANGANJI AMATOU

- 米…1合
- 万願寺甘とう…大1本
- 薄口しょうゆ…大さじ1弱
- 酒…大さじ1
- 梅干…大1個
- オリーブオイル…大さじ1/2
- 昆布粉末かごぶだし…適量

作り方

- 梅干しは種を取ってたたく。
- 炊飯器に万願寺甘とう以外のものすべて入れて炊く。
- 万願寺甘とうを約2分半塩ゆでにする。水にさらし、ヘタを取って縦に割き、種を取る。
- ③を3cmの長さに切って絞り、炊きあがったご飯にまぜる。

万願寺甘とうの豚肉巻き



材料(5人分) © 2018 MANGANJI AMATOU

- 万願寺甘とう…10本(1人2本)
- 豚バラ薄切り…10枚
- 米油…大さじ1 片栗粉…大さじ1 料理酒…大さじ1
- 《たれ》しょうゆ…大さじ1 みりん…大さじ1

作り方

- 豚肉は広げ、茶こして薄く片栗粉を振る。
- 水分を拭き取ったまな板に、豚肉を一枚置き、1本の万願寺甘とうを乗せ斜めに巻き、巻き終わればキュッと握る。(甘とうと肉がはずれにくい)
- フライパンに米油を熱し、②の巻き終わりを下にして並べ焼く。色がつけば返して弱火にし、料理酒を加えてふたをし蒸し焼きにして中まで火を通す。
- 火が通れば余分な油を拭き取り、たれを回し入れからめる。



にのくに自慢の「万願寺甘とう」は初秋も旬。 地元生産者が丹精込めて栽培しています。

農林水産大臣登録第37号



万願寺甘とう



秀品 化粧箱入り 150g×8袋
3,000円
【消費税込】(送料・箱代含む)



秀品 出荷箱入り 1kg パラ
2,400円
【消費税込】(送料・箱代含む)

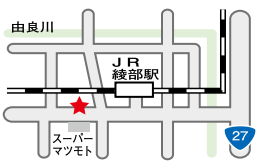


秀品 出荷箱入り 2kg パラ
4,000円
【消費税込】(送料・箱代含む)

※天候不良・広域的な病害虫の発生・その他理由により、生産量が著しく低下した場合は、別途設定させていただきます。
※代引き手数料については「彩葉館」窓口にお問い合わせください。 ※店頭での引き渡しも対応させていただきます。詳しくは「彩葉館」窓口にお問い合わせください。

インターネットからのお申し込み | <https://ja-kyotoninokuni.or.jp> JA京都にのくに 🔍 検索

「彩葉館」綾部店



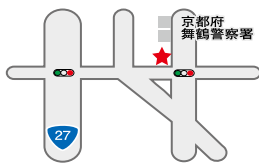
綾部市宮代町前田20番地 (JA本店横)
☎0773-43-0831
営業時間/9:00~16:30
駐車場/JA本店駐車場をご利用ください。

「彩葉館」福知山店



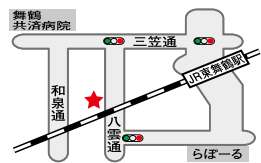
福知山市新庄100-2番地 (JA福知山支店隣)
☎0773-22-2444
営業時間/9:00~17:00
駐車場/JA福知山支店の駐車場をご利用ください。

「彩葉館」西舞鶴店

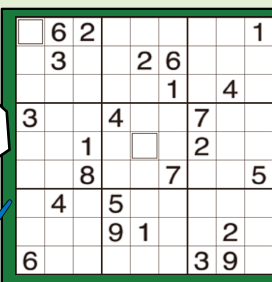


舞鶴市南田辺11-1番地 (JA舞鶴西支店隣)
☎0773-75-9330
営業時間/9:00~16:30
駐車場/JA舞鶴西支店の駐車場をご利用ください。

「彩葉館」東舞鶴店



舞鶴市字浜町10-1番地
☎0773-65-3131
営業時間/9:00~16:30
駐車場/完備



クイズコーナー

二重枠に入った数字の合計はいくつ?
ルール
(1)空いているマスに、1から9までの数字のとれかを入れます。
(2)タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

応募方法

※はがき、Eメールでクイズの答え、郵便番号、ご住所、お名前、年齢、職業、性別、電話番号、お便り感想をご記入のうえ、下記へお送りください。
正解者の中から抽選で10名様に彩葉館商品券(1,000円分)をプレゼントいたします。

はがき 〒623-0053 綾部市宮代町前田20
JA京都にのくに 企画管理部「ふれ愛」係あて
Eメール ninokuni@ja-kyotoninokuni.or.jp

※締め切りは、平成30年9月28日(金)当日消印・発信有効。
※当選の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。
※応募いただいた個人情報は、プレゼントの発送、お便りの紙面掲載以外の目的には使用しません。

QRコード

