

# 簡単レシピ

今回はエコープ商品を使った料理をご紹介します。

## 長いもとえのきの和風スープ

### 材料 (6~7人分)

- ・えのき 100g (石づきを切り落とし、半分の長さに切る)
  - ・長いも 200g (皮をむいて拍子切り)
  - ・豚ひき肉 100g
  - ・しょうが 1片 (せん切り)
  - ・油 大さじ1
- A
- 水 900cc
  - 和風顆粒だし 大さじ1
  - しょうゆ 小さじ2
  - エコープ五倍酢原液 小さじ1/2
- ・片栗粉 大さじ1 (大さじ1の水で溶く)
  - ・細ねぎ 1本 (小口切り)

### 作り方

- ①鍋に油を入れて熱し、豚ひき肉としょうがを加えて炒める。
- ②①にえのきと長いもを加えて、えのきがしんなりするまで炒める。
- ③②にAを入れて煮立て、水溶性片栗粉を加えてとろみをつけて器に注ぎ、細ねぎを散らす。



## 白菜の塩昆布和え

### 材料 (6~7人分)

- ・白菜 400g (芯を除き1cm幅に切る)
- ☆漬け液
- エコープらっきょう酢 大さじ3
  - 塩昆布 15g
  - ごま油 大さじ1
  - いり白ごま 大さじ1

### 作り方

- ①ポリ袋に切った白菜を入れて☆漬け液を加え、空気を抜いて密封し、時々もみながら10分置く。
- ※半日程度漬けると、浅漬け風になります。

# クロスワードパズル

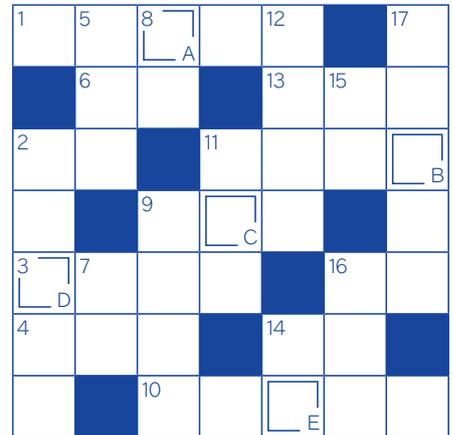
## ↓↓ タテのカギ ↓↓

- ②速度違反の交通取り締まりをこう言うことも
- ⑤仏様の頭の渦巻き
- ⑦名を捨てて——を取る
- ⑧お清めにも使う調味料
- ⑨円を描くときに使います
- ⑪人数確認のために——を取った
- ⑫ポピンに巻いてミシンにセットします
- ⑭クロワッサンやコロネ、マフィンなど
- ⑮コウゾやミツマタの繊維をすいて作ります
- ⑯花より団子、色気より——なのです
- ⑰三蔵法師の旅物語。堺正章主演のテレビドラマもありました

## →→ ヨコのカギ →→

- ①桃の節句に付きもののすし
- ②体温計であるかどうか確かめます
- ③理科で学ぶ動物プランクトンの代表格
- ④難関を——して大学に合格した
- ⑥恥ずかしいときに赤らめます
- ⑨萩本欽一と坂上二郎のお笑いコンビ、——55号
- ⑩乳液や化粧水、パックなどを使って行います
- ⑪「元気で留守がいい」と言う人も
- ⑬友人と——もない話で盛り上がった
- ⑭円周率を表すギリシャ文字
- ⑯アスパラガスやウドは主にこの部分を食べます

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



はがき、FAX、EメールまたはQRコード(ホームページお問い合わせ)でご応募ください。正解者の中から抽選で10人の方に図書カード1,000円分をプレゼント。



### 先月号のこたえ

1	フ	ク	ビ	カ	カ	オ
2	セ	ン	リ	レ	シ	ト
3	シ	カ	エ	シ	ア	イ
4	マ	メ	ヨ	ナ	カ	
5	ツ	ラ	ラ	ミ	リ	ン
	A	B	C	D	E	

【ユキマツリ】



### 先月号の当選者

- |         |         |
|---------|---------|
| 小田桐光子 様 | 山本 幸恵 様 |
| 種市 良子 様 | 工藤 せつ 様 |
| 木村 雅彦 様 | 工藤 久子 様 |
| 対馬 照子 様 | 花田とき子 様 |
| 対馬 綾子 様 | 工藤 正子 様 |

応募締切

## 3月4日(木)

当日の消印有効

※ご応募いただいた皆さまの個人情報は、「読者の声」コーナーでのご紹介及びクイズ当選者への賞品発送にのみ使用させていただきます。