

味も見た目も華やか 子どもが喜ぶ洋風トマト鍋

トマトベースの鍋は子どもが好きな具材をたくさん入れられるので、子どもたちがいつも大よるこびします。トッピングでチーズを入れるとまろやかになって美味しいですよ。

入れる具材

- ウィンナー ●チーズ ●キャベツ ●にんじん ●じゃがいも ●たまねぎ ●ブロッコリー ●しめじ ●鶏肉 など



トマト鍋大好き

シメはオムライス風に

具材を少し残しておいたつゆにご飯を入れ、上からとき卵を広げ、ふたをして煮ます。仕上げにケチャップをかければ、旨みが詰まったスペシャルオムライスの完成。



にっこりスマイル〜♪

恵那市 まんさくさんの トマト鍋

いつもの味に 飽きた時はコレ!

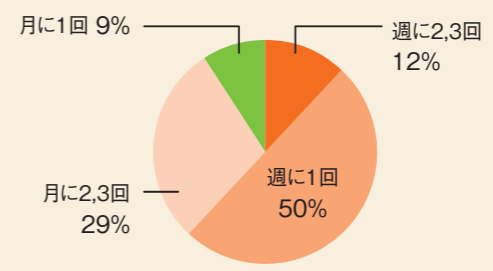


DEKOモニターさんに聞きました! わが家のお鍋事情

よく食べる鍋つゆは?

- 第1位 しょうゆベース
- 第2位 みそベース
- 第3位 キムチベース
- 第4位 水炊き
- 第5位 手づくり

冬、お鍋を食べる頻度は?



1度にいろいろな栄養がとれるのがいいですね。(各務原市 ピースさん)

やっぱり鍋はワイワイ、フーフー、大勢でいただきたいです。(神戸町 ポキナちゃんさん)

土日の夜、家族そろってご飯を食べられる日に作ります。短時間で準備でき、ほかにおかずをつくらなくてもいいなんて素晴らしい!! (大垣市 あっちゃりさん)

寒いとき、身体も心もぼかぼかです。(可見市 ひろママさん)



あったかお鍋 家庭それぞれの味

冬の定番メニューといえば、お鍋。今夜もあちらこちらで、アツアツのお鍋を囲んでいるでしょう。では、みなさんはどんなお鍋を楽しんでいるのでしょうか。組合員さんの食卓をのぞいてみました。

手づくりつゆと 韓国春雨が大人気

家族そろってゆっくり食べられる日に、みんなでお鍋を囲んでワイワイ楽しく食べます。お鍋の日、お酒とおつまみは必須です。わが家の鍋つゆはいつも手づくり。あっさりしていて食べやすく、飽きのこない味と家族に好評です。つゆづくりはわたし、野菜のカットは母、シメの麺の煮込みは主人の担当です。

- ### 入れる具材
- 韓国春雨 ●キャベツ ●にんじん ●たまねぎ ●しめじ ●大根 ●豆腐 ●肉だんご ●鶏肉 など

さゆなおまさんの手作りつゆレシピ
水1Lに対して
和風だし…小さじ2 料理酒…100ml
みりん…50ml 鶏がらスープ…大さじ2
お好みですりおろし生姜



シメは 本格ラーメンに

煮込み用ラーメン、とき卵を入れて煮込んだら刻みネギを散らし、ごま、ごま油をかけて完成。好みでラー油をかけるとピリッとして美味しいですよ。



韓国の春雨は太くて長いのが特徴です。シコシコとした食感が美味しくて、ヘルシーなのでたくさん入れます! 子どもも大好きです。

可見市 さつきちゃんさんの しょうゆ鍋

王道のしょうゆベース

体の芯からあったまる 生姜たっぷり手づくり肉だんご

わが家のお鍋のこだわりは手作り肉だんご! 中に生姜を入れると美味しいと主人に教えてもらってから、すりおろした生姜をたっぷり入れています。生姜の風味がふわっと香ってとっても美味しい! 身体も温まり風邪もひきにくくなるような気がして、冬にぴったりです。肉だんごづくりは主人にお願いしています。

- ### 入れる具材
- 手づくり鶏肉だんご ●白菜 ●にんじん ●豆腐 ●こんにやく など



シメは焼きそば麺が 食べ応えあり

子どもが麺類好きなので、シメは決まって麺。わが家では焼きそば麺が定番です。モチモチでとっても美味しいです。和洋どちらのスープにも合いますよ。

🍜 焼きそば(国産麦使用)



/これがお気に入り!

🍜 味一番鍋用ラーメン (スープなし)
65g×3
本体価格 188円 税込価格 203円
次回予定 1月3週

本当にすごく美味しいです!! 麺の固さがバッチリ!! (中津川市 いもちゃんさん)

🍜 九州産ささがきごぼう
凍 200g
本体価格 278円 税込価格 300円
次回予定 1月3週

わが家ではみそつゆ、寄せ鍋のときは必須の具材です。(大垣市 すまっこさん)

🍜 広島県産冷凍かき 大粒(加熱調理用)
凍 250g
本体価格 638円 税込価格 689円
次回予定 2月1週

冷凍かきを必ずいれます。どんな鍋つゆの時もかきは必須です。(大垣市 なでこさん)

みつけ鶏肉だんご
凍 300g(約20個)
本体価格 380円 税込価格 410円
次回予定 1月4週

お肉の代わりに肉だんごを入れています。お手軽で美味しいですよ! (多治見市 くらぼんださん)

国産豚で作った ミニロールキャベツ
凍 210g(6個)
本体価格 398円 税込価格 429円
次回予定 1月4週

鍋に入っていると存在感があります! 洋風鍋におすすめです。(各務原市 ユキちゃんのママさん)

お鍋にベストマッチ!!
プラスαに
おすすめの逸品