

Let's
arrange!!

わたしの ICHIOSHI! コープ

コープ商品を使った“わが家のアイデアレシピ”を組合員に聞きました！

イチ
オシ

おかかピーマン

co-op
かつお
削りパック
20g (2.5g×8)
本体価格 168円
税込価格 181円
いつでも注文カタログ



ピーマンは適当に切って砂糖を少し入れ、2分ほどレンジでチン。かつおぶしとしょうゆをかけてできあがり。苦味が少なく子どもでも食べられます！（瑞穂市 サクサクさん）

イチ
オシ

豆腐のステーキ

co-op
木綿豆腐 (国産大豆使用)
400g
本体価格 130円
税込価格 140円
次回予定 毎週



水切り豆腐にしょうゆ少々で下味を付け、少量の油を入れフライパンで焼きます。両面に焦げ目が付いたら、だし醤油で味付けした長芋のすりおろしをかけます。長芋も少し焼く感じで。（岐阜市 ちぢめさん）

イチ
オシ

焼きそばもち

co-op
切り餅
(個包装)
1kg
本体価格 728円
税込価格 786円
次回予定 1月3週



焼きそばの麺のかわりに、さいの目に切ったもちを入れます。味付けは塩、ソース、しょうゆ、どれもおいしいです。（羽島市 かんたろうさん）

イチ
オシ

さけ缶サンド

co-op
骨まで
食べられる
銀鮭
中骨水煮
150g×24缶
本体価格 5,980円
税込価格 6,458円
次回予定 1月4週



さけの缶詰をほぐしてマヨネーズと和えたと、スライスチーズを食パンに挟んでサンドイッチに。（大垣市 みひささん）

Instagram

❤️ #コープぎふ公式アンバサダー

コープぎふ公式Instagramアンバサダーに投稿いただきました。



Follow
@coopgifu_official

co-op
九州の
カットほうれん草
凍 270g
本体価格 298円
税込価格 321円
次回予定 1月4週



夕飯用にケーキサレを焼きました。パプリカと玉ねぎ、ウイナー、ピザ用チーズ、そしてco-op九州のカットほうれん草を使いました。カットほうれん草はバラ凍結で使いたい分だけ取り出せて便利です。あく抜き不要で冷凍庫から出してパッと使えます。

co-op
切らずに
使える
国産
はるさめ
100g
本体価格 158円
税込価格 170円
次回予定 2月1週



今回は冷蔵庫にあるものでチャプチェを作りました😊
co-op 国産はるさめは長さ10cmほどにカットされているので、茹でて洗ったらそのまま使えます！調理してから時間が経っても、ほど良いコシがあっておいしかったです♡



わたしの
ひとこと

手作りお味噌。いつもは仕込んで1年で食べ切ってしまうのですが、初めて仕込んで2年経ってから手をつけました。やっぱりおいしい!!これからは2年寝かせます！（40代／瑞穂市 やすずさん）

商品検査センターから

今月のテーマ

食の安全を支え続ける生協の取り組み

高度成長期に食品の大量生産が始まったころ、「子どもたちに安全な食品を食べさせたい」という願いのもとに私たちの生協は誕生しました。その後、食の安全は大きく改善されてはいますが、生協はこだわりを持って食の安全にかかわっています。今回は組合員の皆さんにあまり知られていない生協の取り組みについて紹介させていただきます。



食の安全を守る責任を果たしています

例えば国で新しい添加物が承認される時は、健康への影響が科学的に評価され、それに基づき基準が定められます。そのような時には行政は意見（パブリックコメント）を募集します。消費者や事業者も意見を出せることができるので、このような機会は生協も注視して、日本生協連*から積極的に意見書を提出しています。 ※日本生協連…全国各地の生協が参加する連合会

日本生協連の取り組みの例

例えば2023年5月8日には厚生労働省の「食品、添加物等の規格基準の一部を改正する件（案）（第10版食品添加物公定書関係）」に対して意見を提出しました。増粘安定剤として使われる加工ユウケマ藻類中のカラギナンの規格についてなど、5つの添加物の規格について要望を出しています。東海コープでもこのような情報を共有し、常に食の安全に関する新しい情報を確認しています。

また添加物だけでなく、2023年8月30日には福島原発に係る「ALPS 処理水の海洋放出開始にあたっての要請」を行い、安全確保や情報公開について要請しています。様々な提言は二次元コードから見るができます。



← 日本生協連からのお知らせ（政策提言）
東海コープではこうした情報を、機関誌や商品案内の紙面、学習会などで、組合員の皆さんに分かりやすくお知らせしています。

私たち消費者が意見を発信すること

自分たちだけが安全な食品を扱っていれば良いという事ではなく、このように意見を発信していく事が食品安全行政を有効に機能させ、今も変わらない「子どもたちに安全な食品を食べさせたい」願いを実現していくことにつながります。

私たちの生協でも、食の安全をテーマに意見交換の場を設けることを考えています。2023年度はゲノム編集食品について開発者による学習会と、参加者の疑問・意見について交流しました。

今後の学習会開催等については、機関誌や宅配の商品案内掲載の「おいしくって安全なお話」などでお知らせしますので、ぜひご参加ください。



Q&A
あなたの疑問に
お答えします



マヨネーズが分離しちゃって使えませんでした。
買ったときは大丈夫だったのに…

実は…マヨネーズはとてもデリケートな食品なのです！

マヨネーズは、卵と油脂分であるサラダ油と水分である酢が混合してできています。相互に混ざり合わない油と水を、卵の力で結びつけてよく混じり合った状態（乳化）にしています。しかしこの状態は、温度や振動などさまざまな要因で油分と水分に戻りやすいのです。また一度分離したものは元には戻りません。寒い時期や冷凍品との接触、冷蔵庫内の保管場所によって、マヨネーズが0℃以下になると分離してしまうことがあります。

POINT

温度が下がりにすぎない野菜室での保存がおすすめ！



※まだらになることもあります。

以前、お店で焼き鳥を食べてカンピロバクターに感染し、それからお肉はしっかり焼いてから食べています。流しそうめんが食中毒は意外でした。自然の良さと衛生面は別物だという言葉が印象的でした。（12月号商品検査センターから）（30代／各務原市 ゆずさん）

わたしの
ひとこと

