

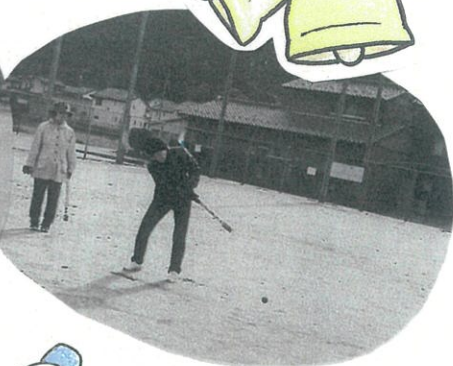
芥見あいの愛通信

JAぎふ 芥見支店 243-1003 12月号



11/16(木) 女性部 グラウンドゴルフ大会

11月16日に女性部グラウンドゴルフ大会が開催されました。朝、天気があまり良くありませんでしたが、だんだん良くなって晴天になりました。みなさんそれぞれ楽しんで競技をやってみえたので来年も開催したいと思います。



お知らせ

ウインターキャンプ2017

期間 平成29年12月1日～平成30年1月31日

対象 スポーツ定期貯金

ご新規で1年、または3年、20万円以上4000円お

定期預金

ご新規で2年以上、契約額24万円以上

特典1 金打アフロ!!

特典2 レジカゴ同バックプレゼント!

詳しくは担当までお問い合わせ

合せてください。



家の光クラブ

ヤマトイモの根菜汁



作り方

①ダイコン、ニンジンは4～5mm厚さのいちょう切りにする。ゴボウは皮をこそげ、斜め薄切りにして水にさっとさらして水けを切る。豚肉は2cm幅に切る。シイタケはいしづきを取って薄切りにする。

②ヤマトイモは皮をむいて酢水につけて洗い、キッチンペーパーで水けを拭いてからすりおろす。

③煮干しは頭と内臓を取り除く。鍋に水1200mLを入れ、20分ほどつけてから火にかける。沸騰したら弱火にして取り出す。

④③に①の豚肉と野菜を入れて、あくを取りながら弱火で20分煮る。Aを加えて味をととのえ、器に盛る。

②を加え、ネギをちらす。



材料(4人分)

ヤマトイモ…200g
ダイコン…1/6本(200g)
ニンジン・ゴボウ…各1/3本(120g)
豚切り落とし肉…150g
生シイタケ…2枚
煮干し…20g
細ネギ(小口切り)…20g
A [みりん…大さじ1/2
しょうゆ…小さじ2
塩…小さじ2/3
酢

H29.12月号 家の光より