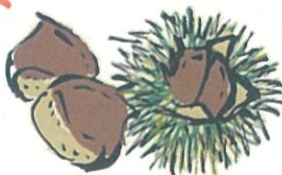


ながら通信

11月号

JAびふ長良支店
岐阜市長良2-2
TEL:058-231-4084



年金友の会 ウォーク大会

10月16日(火)に、長良・長良西支部合同による年金友の会ウォーク大会が養老公園で開催され、68名が参加されました。参加者の皆さんは、天候にも恵まれ、ご自分のペースでウォーキングを楽しみました。また、帰路には、おんさい広場真正に立ち寄り、たくさんお買い物を楽しみました。



全戸訪問について

長良支店職員により、11月に第2回全戸訪問をさせていただきます。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

おんさい広場 秋の収穫感謝祭

11月10日(土)に北部G「秋の収穫感謝祭」があります！新鮮野菜、お米の販売、フードコーナー、毎のプランターの講習会、小物づくりなど、たくさんのイベントが皆さまをお待ちしております！ぜひお越しください！！

場所：おんさい広場 鷺山 時間：10:30～13:30



長良東健康祭り

10月21日(日)晴天の中、第6回長良東健康祭りが開催され、JAびふ長良支店として朝市出荷組合による野菜販売、女性部による豚汁無料配布を行いました。豚汁は、大盛況で400杯が約40分で終了し、みなさん美味しく食べられていました。



今月のレシピ★ごぼうのコトコ煮

◆材料(2人分)

・梅干レ... 2個 ・ゴボウ... 2本 ・水... 900cc

- (1) ゴボウはたわしで洗い、5cm長さに切る。
- (2) 土鍋や厚手の鍋に、ゴボウ・水・梅干レを入れ、ふたをして火を付ける。
- (3) 沸騰するまでは強火、その後弱火で8時間以上煮る。ゴボウが水から出ないように、途中水が少なくなったら、適宜加える。(あくは取りなくて大丈夫)
- (4) 器に盛りつけ、お好みで白ごまを添える。



JA広報通信2013年11月号「新鮮食材で楽しむクッキング」p.5掲載