

市橋支店だより 4号

JAぎふ市橋支店
058-251-6311

ご挨拶

無事に令和元年度を過ぎましたのも、組合員の皆様の多大な支援のおかげであり、大変感謝しております。

新年度になる令和2年度がスタートしましたが、今年度も組合員の皆様に市橋支店を気持ちよくご利用いただけるよう、職員一同努めてまいりますので、よろしくお願い致します。



年金友の会市橋支部会員の集い



今年度もたくさんの方に参加いただきました。

ありがとうございました! 😊

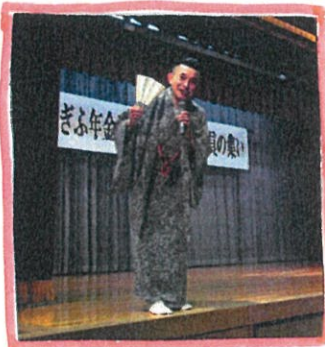
"桂勢朝女の落語"や抽選会など、お楽しみいただきました。



😊 年金友の会会員募集中 😊

JAぎふ、ご年金をお受け取りいただく、特典が盛りだくさんです!

詳しくは、市橋支店までご連絡ください!



特賞おめでとう!!

今月のレシピ 鶏そぼろとタケコの混ぜご飯 (2014年家の光4月号より)



調理時間 15分
エネルギー 474kcal

♥ 材料 (4人分) ♥

温かいご飯 (800g)
ゆでタケコ 100g
鶏ひき肉 200g
ショウガ 1かけ(15g)
みそ 40g
砂糖 大匙2
三香 大匙2
タジシオ 2分の1カップ
糸ショウガ千切り 20g

♥ 作り方 ♥

- ① タケコは根元を綺麗にちぎれ、穂先を縦に薄切りにする。ショウガは斜め切りにする。
- ② 鍋にAとタケコを入れ、ふたをして中火にかけ、煮たつら弱めの中火にして5分煮る。火を止め、ひき肉とショウガを入れ、ほぐしながらなじませ、中火にかけて煮汁がほとんどなくなるまで3~4分混ぜながら煮る。
- ③ ボウルまたは皿に混ぜ飯と②の具を入れ、さっくりと切るように混ぜ、器に盛る。糸ショウガを天盛りになる。