



# 西郷だより

JA ぎふ西郷支店  
岐阜市中西郷  
4-158-1  
TEL : 058-239-0210

いつも、JAぎふをご利用いただきありがとうございます。  
最近暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？  
JAぎふでは、今年もサマーカーニバルが始まります！！  
詳しくは、各店窓口・ライフサポートに気軽にお尋ねください。😊

暑い時期に  
ひんやり！！



## 「きゅうりとごまの和えそば」

### ◎材料 (4人分)

- ・そば (乾めん) … 200g
- ・きゅうり …… 2本
- ・糸田ねぎ …… 適量

- A {
- ・めんつゆ … 2/3カップ
  - ・黒いりごま (半量) … 大さじ3
  - ・ワサビ …… 少々

### ◎作り方

- ① きゅうりは、斜め薄切りにしてからせん切りにする。糸田ねぎは小口切りにする。
- ② そばは、たっぷりの熱湯で表示の通りにゆで、水洗いして水気を切る。
- ③ Aを合わせた汁に①のきゅうり、②のそばを入れて和える。

器に盛り、糸田ねぎをのせる。『家の光2013 1月号別冊付録「お料理カレンダー365日」より引用』

## お知らせ

7月から全戸訪問が始まります！！ぜひアンケートにお答えいただき皆様のお声を聞かせたい。よろしくお返事致します。