

さかい川だより



サマーキャンペーン

ぎふ農業協同組合 さかい川支店

羽島郡笠松町門間 111

TEL 058-388-2021

2020



始まりました!!

お待ちしております。*詳しくは窓口まで。

期間 2020年6月29日(月) ~ 8月31日(月)

おんさい車中さかい川グリーンの店長を
紹介します!

羽島グループから異動されました。

松原 秀昭 さま

よろしくお願ひいたします!!



👉 今月のオススメレシピ 👈

- ① パプリカとピーマンはへたと種を取り、大きめの一口大に切る。豚肉は5mm厚さの薄切りにする。
- ② Aを混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンを熱し、ゴマ油大さじ1/2でパプリカとピーマンを強火でさっと火炙り、つやが出たら取り出す。
- ④ ③のフライパンにゴマ油大さじ1/2を足し、中火で豚肉を炒める。豚肉に火が通り始めた時に②を加える。味がなじんだら、③を戻し、強火で手早く炒め合わせ、器に盛りつける。完成!!

〈材料4人分〉

- A おろしニンニク大さじ1/2
- おろし酒...各大さじ2、ゴマ油
- 砂糖...大さじ1、コショウ少々
- パプリカ(赤・黄)各1個
- ピーマン...4個
- 豚肉...400g(豚肩ロースor豚ばら)



パプリカのホウチロ

memo

パプリカとピーマンは、強火で炒めると一度火が入るので、全体に火が通ったらすぐに取り出します。

2020年7月号 料理カード (家の光)