

さかい川だより



暑い日々が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？
今年にはコロナ対策でマスクを付けての外出が増えていると思われ、水分補給などの熱中症対策を忘れずにしましょう！！

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



お知らせ

「こ書」のお言式レ会を開催します。

思うがまま自由に筆を走らせ、
自分の世界観を楽しく表現する
新感覚の書にふそます！
自分だけの オンソーワンの書ができます☆
※詳しくは窓口まで。

JA安心倶楽部

(標準1傷害保険)
アクティブなあなたの日常生活をサポート
します。詳しくは窓口まで。

今月のレシピ 鶏肉のフレッシュトマトグラタン

- ① トマトは3cm角、ズッキーニは1.5cm幅の半月切り、タマネギは薄切りにする。
- ② 鶏肉を一口大に切り、大きめの耐熱ボウルに入れ、塩・黒コショウ各少々、小麦粉大さじ2と1/2を加えてよく混ぜる。
- ③ ②に①とAを加えてよく混ぜ、ラップをふんわりかけて、レンジ(600W)で12分加熱する。
- ④ ③を耐熱容器に移してチーズをのせ、オーブントースターで焼き色がつくまで5、6分焼く。

完成!!

memo

あらかじめレンジで加熱すること、
鶏肉がやわらかくジューシーな仕上がりに
(本材料) (4人分)

- ・鶏もも肉 … 大1枚(400g)
- ・トマト … 大3個・ズッキーニ … 1と1/2
- ・タマネギ … 中1個・ピザ用チーズ … 60g
- A { ・ニンニク(すりおろし) … 小大じ1
- ・酒 … 大大じ2
- ・コンソメ(顆粒) … 大大じ1
- ・塩・黒コショウ・小麦粉



2020年
家の光 8月号 料理部 カード料理

こ書 味あふ字 描いてみませんか?

- ・日時 令和2年9月8日(火)
13時30分～15時
- ・場所 JAまひ さい川支店 2階
- ・持ち物 マスク
- ・参加費 500円
- ・募集人数 10名(先着)

お知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
引き続き営業時間を
9:00 ~ 15:00とさせていただきます。
ご不便とご迷惑をおかけしますが、
何卒ご理解とご協力を
お願い申し上げます。