

これいいね！ラブコープ商品「アイコープ産直若鶏肉だんご」に関連して

本誌でおすすめした食べ方、「アイコープ産直若鶏肉だんごの“甘酢あんかけ”」を作るときに便利な「コープ中華甘酢あん」について紹介します！

**「中華材料コーナー」に
レッツゴー♪**

「コープ中華甘酢あん」は、コープのお店の「中華材料コーナー」にあります。赤いキャップ&ラベルが目印です！



肉だんご料理だけじゃない、甘酢あんの使い道いろいろ

「コープ甘酢中華あん」は、イチから作れば手間のかかる“甘酢あん”を、ほどよい酸味・甘みに仕上げています。絶妙なとろみもあって、具材との絡みもよくおすすめですよ！



からあげに



かに玉に



白身魚ソテーに



豆腐ステーキに



たこ焼にも！！

楽育しましょ！親子クッキングに関連して

キッズ食育トレーナーの根本さやかさんに、「親子で作れるかぼちゃのレシピ」をもう1品教えてもらいました♪

「丸める」にチャレンジ！

★かぼちゃのいももち★

●材料（4個分）

かぼちゃ 80g

砂糖 小さじ2

片栗粉 大さじ2

たれ（砂糖小さじ1、醤油小さじ1）

サラダ油適量



●作り方

- ① かぼちゃは3～4cm角に切り、耐熱容器に入れてラップをし、電子レンジ（500W）で2分半加熱する。



- ② 熱いうちに砂糖を混ぜ、よく混ぜたら片栗粉を加えてよく練り合わせる。生地がまとまりにくい場合は、水大さじ1～2を加えてさらによく混ぜる。
※熱いので大人といっしょにやりましょう◎



- ③ 生地がなめらかになったら、1個20gに分けて丸め、平べったい形にする。



- ④ フライパンに油を適量しき、中火で焼き色がつくまで焼く。



- ⑤ フライパンの火を止め、たれ（砂糖と醤油をよく混ぜる）を加えてからめたら完成。



モチモチして、冷めてもおいしいですよ！