

コープの太鼓判! / クリスマス・ 年末の逸品



いつもよりおいしいもの、
ちょっと特別なものを選びたい、
クリスマスや年末年始の食卓—。
でも何かと忙しく、準備も大変です。
いわて生協が自信をもっておすすめする
食材やアイコープ商品を上手に活用して、
笑顔あふれる食卓にしてくださいね。

リースサラダ

- ① ベビーリーフや水菜など
をお皿にドーナツ状に
盛り付ける。
- ② きゅうりをピーラーで縦
に薄切りにし、端から
丸めて①に載せる。
- ③ スモークサーモンを端
から丸め、①に載せる。
- ④ 星型でぬいたパプリカ
などを飾り、真ん中に
ドレッシングを入れた
小鉢を置く。



ステーキの焼き方

- ① 肉は、30 分前に冷蔵庫から出し、常温に戻し
ておく。焼く直前に塩・こしょうをふる。
- ② フライパンに油をひいて強めの中火で加熱し、
温まったら肉を入れる。
- ③ トングや箸で肉を動かしながら焼く。
- ④ 焦げ目がついたらひっくり返し、裏面も同様に
焼く。
- ⑤ 肉を押し、弾力が感じられたら焼きあがり。



ステーキはフライ
パンの中をすべら
せるように動かし
ながら焼くと、反
りを防ぐことがで
きます。

千葉星子さん直伝!

クリスマス
レッスン♪



千葉 星子さん



岩手県産 キロサ牛

岩手で大事に育てられた
おいしい牛肉

「岩手県産キロサ牛」は、黒毛和牛とホルスタインの交雑種です。和牛のおいしさを受け継いだ牛を、飼育環境や飼料（エサ）にもこだわり、健康に育てています。

8月、生協職員8人が岩手町のキロサ肉畜生産センターを訪れました。



キロサ牛は玄米を混ぜた自社配合飼料を与え、ゆったりとした環境で育てています。



参加した宮古センター共同購入担当の豊間根一人は、「牛舎がとてもきれいで、においもほとんどないことに驚きました」と話します。そして「社長や働くみなさんが、まるでわが子のように愛情を持って牛たちに接している姿に、キロサ牛が大事に育てられているのがわかりました」。

気になるお味は、どうだったのでしょうか。「本当においしかった！ ちょうどいいサシで、脂がしつこくなく食べやすいんです。くさみもなくやわらかいので、お子さんや年配の方にもおすすめです！」

おいしくて食べやすい、高級な和牛よりも手ごろな価格のキロサ牛。店舗と共同購入・個人宅配で取り扱っています。特別な日に、ぜひお試しください。

利用した組合員さんからも「おいしかった！」と好評です。すき焼きの時は、「アイコープすき焼きのたれ」でどうぞ！



宮古センター
豊間根一人



アイコープ&生協規格 クリスマス ケーキ

産直の卵と牛乳で作る
こだわりのケーキ



「家族で楽しめる、おいしいケーキを」と、生協オリジナルのクリスマスケーキが誕生したのは、31年前。今も一番人気の「ブランガトー」が始まりでした。以来、組合員さんの要望にあわせて種類を増やし、今年もオリジナルケーキ12種類を取り揃えています。

「生協のケーキを今年も楽しみにしています」と話すのは、組合員の滝村直美さん。「産直さくら卵とアイコープ産直生協牛乳を使ったス

ポンジと聞いて、昨年初めて注文しました。おいしかったですし、別パックのいちごを、子どもたちといっしょに飾るのが楽しかったです」。

アイコープ&生協規格のケーキは、いわて生協食品添加物自主基準に基づき、できるだけ添加物の使用を減らし、地元メーカー3社が製造しています。コープのケーキで、楽しいクリスマスをお過ごしくださいね。



滝村直美さん（盛岡市）

coop ブランガトー

スポンジにピーチをサンド。ホイップクリームで仕上げたファミリー向け。

5号 **2,500円** (税込)
6号 **2,800円** (税込)
7号 **3,400円** (税込)



一番人気！

coop ラフィーネ

甘さをおさえたコクのあるクリームに、ブランデーとリキュールを加えました。

5号 **3,300円** (税込)
6号 **3,700円** (税込)



大人向け

coop いちごスペシャル

スライスいちごを2層にサンド！コクのあるクリームで仕上げました。

5号 **3,900円** (税込)
6号 **4,300円** (税込)



いちご14個使用(5号)

※生協のクリスマスケーキは、店舗予約カタログのみの取り扱いです。

忙しい暮らしを応援！ いわて生協店舗の「予約商品」

予約商品はとってもおトク！

1. 予約ならではの価値ある商品

予約だから取り扱いできる、こだわりの商品をラインナップ。

2. お買い得な商品

日ごろから取り扱っている商品は、予約ならではの買い得価格でご案内。

3. 予約時間に合わせたできたて商品

オーソルプやお刺身は、予約時間に合わせたできたての商品をご用意。

「予約」で当日は大助かり！

クリスマスや年末など、家族や親戚が集まる日は忙しいので、買い物の時間だけでも節約したいですね。だから私は、予約商品を利用します。当日は家族に「予約してあるから引き取るだけだよ」と頼めるので、本当に助かります！



鈴木弥栄子さん
(奥州市)

クリスマス予約

早期ご予約特典は11月30日迄まで

1,900円(税込)以上のケーキまたはアイスをご予約いただくか、シャンメリー(360ml)1本プレゼント、または100円(税込)引きに♪
ご予約▶12月15日(金)まで
お引き渡し▶12月22日(金)～25日(月)



お正月料理予約

お刺身盛り合わせやお寿司など、豊富なラインナップ。おせち重、和・洋・中華オーソルプも多数取り揃えています。

ご予約▶12月25日(月)まで
お引き渡し▶12月30日(土)・31日(日)



ご予約・お受け取りは、いわて生協のどのお店でもOKです。盛岡で予約して、八幡平や宮古でも受け取りができます！お申し込みは各店サービスカウンターまでどうぞ。

※お酒はマリンコープドラ・チェリオでのご予約・お引き渡しできません。

ベルフ八幡平
サービスマネジャー
古閑由里枝



「おいしいね」と組合員みなさんからの好評です。味付けはもちろん「ぶちぶちとした食感がいい」と喜ばれています。

原料にはカナダ(太平洋)産のニシンの卵を使用し、遺伝子組み換えでない大豆を原料にした醤油で味付けしています。着色料や保存料は使わず、かつおのだしがきいた自然な風味に仕上げられています。

ぜひ、アイコープの数の子で、新しい年をお迎えください！

子孫繁栄を祈る縁起物として、おせちに欠かせない数の子。「アイコープ味付数の子」は、試食おすすめで「お



ベルフ牧野林 水産
マネジャー
三上昭 川上勇人 佐々木佳代子

ぶちぶちとした食感が味わえます



coop
味付数の子
(醤油味)

店舗 12月1日から全店で取り扱い予定
130g 価格 598円(税込645円)
共同購入 12月4週号で取り扱い
180g 価格 798円(税込861円)

【数の子アレンジ】

- 市販の松前漬に加入して。
- 枝豆やきゅうりと混ぜて和え物に。

コープの
太鼓判り！
年末編

と物足りないのですが、「アイコープ枰つき」のし餅は違います！きめが細かく、コシがある。湯通ししたり煮たりしても、やわらかくなり過ぎず、もちっとした食感が味わえます。まさに枰つきのお餅です！

パック餅は手軽で便利ですが、今年は「アイコープ枰つき」のし餅にしませんか？私は、買った翌日には食べやすい大きさに切り、保存袋に入れて冷凍しています。一か月くらいは、おいしくいただけますよ。

私の実家では毎年、お餅を臼と杵でついていきます。枰つき餅を食べっていると、市販のパック餅ではちよっ



組合員
佐藤美香さん(盛岡市)

きめ細かでおいしいお餅！

coop
枰つきのし餅 年末限定商品

5合 価格 1,000円(税込1,080円)
1升 価格 2,000円(税込2,160円)

店舗 12月26日から全店で取り扱い予定
共同購入 12月4週号で取り扱い

【のし餅の切り方】

包丁をザクッとまっすぐにおろして切ります。包丁を熱湯で温めてから切るのも◎



コープの
太鼓判り！
年末編

す。11月には「いつから取り扱うの？」と問い合わせがあり、1月中旬には「また食べたい。ありませんか？」という声も。年末だけの限定商品で、年明けは在庫限りになります。お早めにお求めください。

どちらも素材の味を大切に、中双糖(ガラメ)とアイコープ特級醤油で仕上げ、保存料は不使用。また、組合員さんの声で甘さを控え、量目を減らすなど、改善を重ねています。ぜひ一度お試しください。

「アイコープ味付ねりこま」「味付ねりくるみ」は、ファンが多い商品で



コープ花巻あうる グロサリー
高橋淳子 松島福太郎

年末限定の人気商品です

coop
味付ねりこま 年末限定商品

140g 価格 350円(税込375円)

coop
味付ねりくるみ 年末限定商品

130g 価格 369円(税込398円)

店舗 11月23日から取り扱い予定
(コープ高松・西ヶ丘は12月5日～、チェリオは取り扱いなし)
共同購入 11月4週から12月4週号まで毎週取り扱い



コープの
太鼓判り！
年末編

【ねりこま・ねりくるみの使い方】

湯通ししたお餅には、そのまま。レンジでやわらかしたり、焼いたお餅には、お湯で少しのぼして。お餅だけでなく、パンに塗っても！

生産者のみなさんにお話を伺い、初めて知ることがたくさんありました。わらは、お飾り専用で育てた稲を、まだ青いうちに刈り取り干した。も。橙などの飾りも生のものを使うため、最年末にならないと出荷できません。一つひとつを手作業で作っていますが、高齢化で生産者が少ないことも知りました。

昔ながらの、貴重なお飾りですね。みなさんにもぜひ、このお飾りでよいお年を迎えていただきたいです。

10月5日、産直お飾りの折持祭に参加しました。西和賀町の坂本神社で、お飾りに使うお札を折持していただきました。本当にありがたいことだと思います。



組合員 和村敦子さん(盛岡市)
(後列左から5人が和村さん)

昔ながらの手づくりのお飾り

コープの
太鼓判り！
年末編

産直 お飾り

写真はお飾り

謹賀新年(特大)

価格 1,380円(税込1,490円)

※生の使用のため、店舗では12月25日から取り扱い

店舗 12月13日から取り扱い予定

共同購入 12月3週、4週号で取り扱い

