

組合員さんからの投稿コーナー  
**みんなのひろば**

\* 今月のテーマ \*

**「おすすめ! 意外に  
白米と合うおかず」**

### 納豆きゅうり

東京都江戸川区

のえみお 30代

納豆ですが、わが家ではただの納豆ではなく、納豆きゅうりにしています。

作り方は簡単。納豆と刻んだきゅうりと付属のたれを混ぜるだけ。歯ごたえも良くさっぱりとしていて、それでいてご飯にも合います。家族全員大好きであっという間になくなります!

### クリームチーズ!

千葉県松戸市 たいたい 30代

クリームチーズです! 白米にチーズ?!と思うかもしれませんが、クリームチーズをかつお節としょうゆで和えたり、みそとわさびで和えたり、いろんな

組み合わせができます!

ご飯にドーン!とのっけてぜひ食べてみてください!

### 絹豆腐

東京都葛飾区 えみみ 30代

絹豆腐井です。白米に豆腐なんてイメージがわかないし、色も白に白で見た目もイマイチ……。でもあたたかい白米に冷たい豆腐、そこにしょうゆをたっぷりかけて食べる!

たんぱく質も一緒にとれるし、食器の洗い物も減らせるし、さっぱりしていて意外においしい、そして合う!

だまされたと思って一度試してほしいひと品です!

### スナック菓子

### ふりかけ

東京都杉並区 モモ 30代

人前じゃできないのですが、スナック菓子を細かく砕いてふりかけのご飯にかけてるとなかなかいけます。人に見せると笑われそうなので1人のときによくやります。特にポテトチップスは香ばしさと塩味がきいておいしいです。

### きなこ

東京都あきる野市

びよっこ 30代

子どもの頃、おかずばかり食べて白米だけいつも残す私に、母がよくかけてくれたのはきなこでした。きなこ餅の味がしてペロツと食べられた記憶があります。子ども達にも試してみようかなと思います!

千葉県千葉市

くらげ8号 30代



千葉県船橋市

あーちゃん 11歳



楽しい投稿を  
お待ちしております

テーマトーク、身の周りの話題やくらしの知恵、お気に入りのコープの商品、簡単レシピ、誌面の感想、12月号掲載用のイラスト、写真など、皆さんの楽しいお便りをどしどしお寄せください!

#### 応募方法

①郵便番号・ご住所・電話番号 ②お名前(匿名、ペンネームを希望される方はそちらもご記入ください) ③年齢(掲載を希望されない方は無記入でお送りください) ④投稿またはクイズの答え ⑤今月号で良かったコーナーを下記より一つ選びアルファベットで明記し、今月号の感想を添えて、郵送・Webのどちらかで応募してください。

A.表紙 B.おすすめ!コープの商品 C.コーププラス×SDGs  
D.こえにこたえてQ&A E.人と人 つながりの物語  
F.コープの職員 料理にチャレンジ! G.コープで広がる、つながる  
H.みんなのひろば I.今月のレシピ

#### Web

こちらから簡単に投稿・応募できます! ▶



Eメール:  
mirai\_kouho@coopdeli.coop

#### 郵送

〒336-8523 埼玉県さいたま市南区根岸1-5-5  
コープみらい 広報誌編集係

※商品や配達に関するお問い合わせについては、10ページ下段をご参照ください。

12月号テーマ

今年はこの1年になりそうです

●締め切り

2023年10月10日 当日消印有効

※投稿文章は、内容を変えない範囲で修正させていただきます。  
※お寄せいただいたご意見などは、ご本人への確認なく「ハピ・デリ!」など他媒体に掲載させていただく場合があります。  
※写真・イラストは返却いたしません。  
※他の媒体への同時投稿はご遠慮ください。